संत श्री आशारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित
ऋषि प्रसाद
विद्यार्थी विशेषांक
मूल्य : ₹ ६ भाषा : हिन्दी
प्रकाशन दिनांक : १ अप्रैल २०१७
वर्ष : २६ अंक : १०
(निरंतर अंक : २९२)
पृष्ठ संख्या : ३६
(आवरण पृष्ठ सहित)
विद्यार्थी-जीवन बड़ा कीमती है, आपके सम्पूर्ण जीवन की नींव है। आलस्य-प्रमाद में समय न गँवाकर अपने अमूल्य समय-शक्ति का उपयोग सार्थक कर्मों में करो। बाल्यकाल में सुसंस्कारों को विद्यार्थी जितनी तत्परता से अपने आचरण में लायेगा, वह उतना ही महान होगा।
- पूज्य संत श्री आशारामजी बापू
भगवन्नाम जप, संकीर्तन के साथ प्रभातफेरी निकालें
सत्साहित्य का प्रचार करें
छुट्टियों में विशेष अमल हेतु सुंदर सुसंस्कार। बनायेंगे उज्ज्वल भविष्य का सपना साकार ॥
तुलसी, पीपल आदि वृक्ष लगायें
गरीबों में आवश्यक वस्तुएँ पहुँचायें
असहायों, बुजुर्गों की सेवा करें
'विद्यार्थी उज्ज्वल भविष्य निर्माण शिविर' में जायें
सत्संग का श्रवण, मनन, निदिध्यासन करें
आश्रम-दर्शन, जपानुष्ठान का लाभ लें
सत्शास्त्र वाचन एवं चिंतन-मनन करें
गत ५ दशकों से पूज्य बापूजी सत्संग, शिविर एवं विभिन्न प्रकल्पों द्वारा देश की नींव बाल-युवा पीढ़ी को कर रहे हैं सुदृढ़
विश्व महिला दिवस पर नारी-शक्ति ने की पूज्य बापूजी की रिहाई की माँग
रायपुर (छ.ग.)
जोधपुर
इंदौर
जयपुर
अन्य तस्वीरें आवरण पृष्ठ ४ पर
लखनऊ आश्रम में सुसम्पन्न भव्य ऋषि प्रसाद सम्मेलन एवं शोभायात्रा

भोजन-प्रसाद तथा अन्न, वस्त्र व अन्य जीवनोपयोगी वस्तुओं का वितरण

'योग व उच्च संस्कार शिक्षा' कार्यक्रमों में सुसंस्कार-सरिता में स्नान करते नौनिहाल

शहादा, जि. नंदुरबार (महा.) | वाड़ी, जि. नागपुर (महा.) | कटनी (म.प्र.)

फरीदाबाद (हरि.) | कुडलू (कर्नाटक) | इंदौर

देहरादून | बेंगलुरु | दिवड़ा कॉलोनी (गुज.)

यमुनानगर (हरि.) | ऊना (हि.प्र.) | हिसार (हरि.)

आगरा | बल्लभगढ़ (हरि.) | देवास (म.प्र.)

स्थानाभाव के कारण सभी तस्वीरें नहीं दे पा रहे हैं। अन्य अनेक तस्वीरों हेतु वेबसाइट www.ashram.org/sewa देखें।

टिहरी व हरिद्वार आश्रम में अनुष्ठान का सुनहरा अवसर पढ़ें पृष्ठ १०

ऋषि प्रसाद

हिन्दी, गुजराती, मराठी, ओड़िया, तेलुगू, कन्नड़, अंग्रेजी, सिंधी, सिंधी (देवनागरी) व बंगाली भाषाओं में प्रकाशित

वर्ष : २६ अंक : १० मूल्य : ₹ ६
भाषा : हिन्दी निरंतर अंक : २९२
प्रकाशन दिनांक : १ अप्रैल २०१७
पृष्ठ संख्या : ३६ (आवरण पृष्ठ सहित)
चैत्र-वैशाख वि.सं. २०७४

स्वामी : संत श्री आशारामजी आश्रम
प्रकाशक : धर्मेश जगराम सिंह चौहान
मुद्रक : राघवेन्द्र सुभाषचन्द्र गादा
प्रकाशन स्थल : संत श्री आशारामजी आश्रम, मोटेरा, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५ (गुजरात)
मुद्रण स्थल : हरि ॐ मैन्युफेक्चरर्स, कुंजा मतरालियों, पौंटा साहिब, सिरमौर (हि.प्र.) - १७३०२५
सम्पादक : श्रीनिवास र. कुलकर्णी
सहसम्पादक : डॉ. प्रे.खो. मकवाणा
संरक्षक : एडवोकेट श्री जमनादास हलाटवाला

सम्पर्क पता :

'ऋषि प्रसाद', संत श्री आशारामजी आश्रम, संत श्री आशारामजी बापू आश्रम मार्ग, साबरमती, अहमदाबाद-३८०००५ (गुज.)
फोन : (०७९) २७५०५०१०-११, ३९८७७७८८
केवल 'ऋषि प्रसाद' पूछताछ हेतु : (०७९) ३९८७७७४२
Email : ashramindia@ashram.org
Website : www.ashram.org, www.rishiprasad.org

सदस्यता शुल्क (डाक खर्च सहित) भारत में

अवधि	हिन्दी व अन्य	अंग्रेजी	सिंधी व सिंधी (देवनागरी)
वार्षिक	₹ ६०	₹ ७०	₹ ३०
द्विवार्षिक	₹ १००	₹ १३५	₹ ५५
पंचवार्षिक	₹ २२५	₹ ३२५	₹ १२०
आजीवन	₹ ५००	----	₹ २९०

विदेशों में (सभी भाषाएँ)

अवधि	सार्क देश	अन्य देश
वार्षिक	₹ ३००	US $ 20
द्विवार्षिक	₹ ६००	US $ 40
पंचवार्षिक	₹ १५००	US $ 80

कृपया अपना सदस्यता शुल्क या अन्य किसी भी प्रकार की नकद राशि रजिस्टर्ड या साधारण डाक द्वारा न भेजें । इस माध्यम से कोई भी राशि गुम होने पर आश्रम की जिम्मेदारी नहीं रहेगी । अपनी राशि मनीऑर्डर या डिमांड ड्राफ्ट ('ऋषि प्रसाद' के नाम अहमदाबाद में देय) द्वारा ही भेजने की कृपा करें ।

विद्यार्थी विशेषांक

विभिन्न टीवी चैनलों पर पूज्य बापूजी का सत्संग

SADHNA PLUS NEWS — रोज सुबह ७-०० बजे

रोज सुबह ७-३० व रात्रि १० बजे

न्यूज़ WORLD — रोज सुबह ७-३० बजे

www.ashram.org/live पर उपलब्ध

'साधना प्लस न्यूज' चैनल डीडी डायरेक्ट (चैनल नं. १३६), टाटा स्काई (चैनल नं. ५४०), डिश टीवी (चैनल नं. ५६८) तथा 'JioTV' एन्ड्रोइड एप पर उपलब्ध है । 'न्यूज वर्ल्ड' चैनल मध्य प्रदेश में 'हाथवे' (चैनल नं. २२६), छत्तीसगढ़ में 'ग्रांड' (चैनल नं. ४३) एवं उत्तर प्रदेश में 'नेटविजन' (चैनल नं. २४०) पर उपलब्ध है ।

...तो छोटे-से-छोटा विद्यार्थी भी महान हो सकता है - पूज्य बापूजी

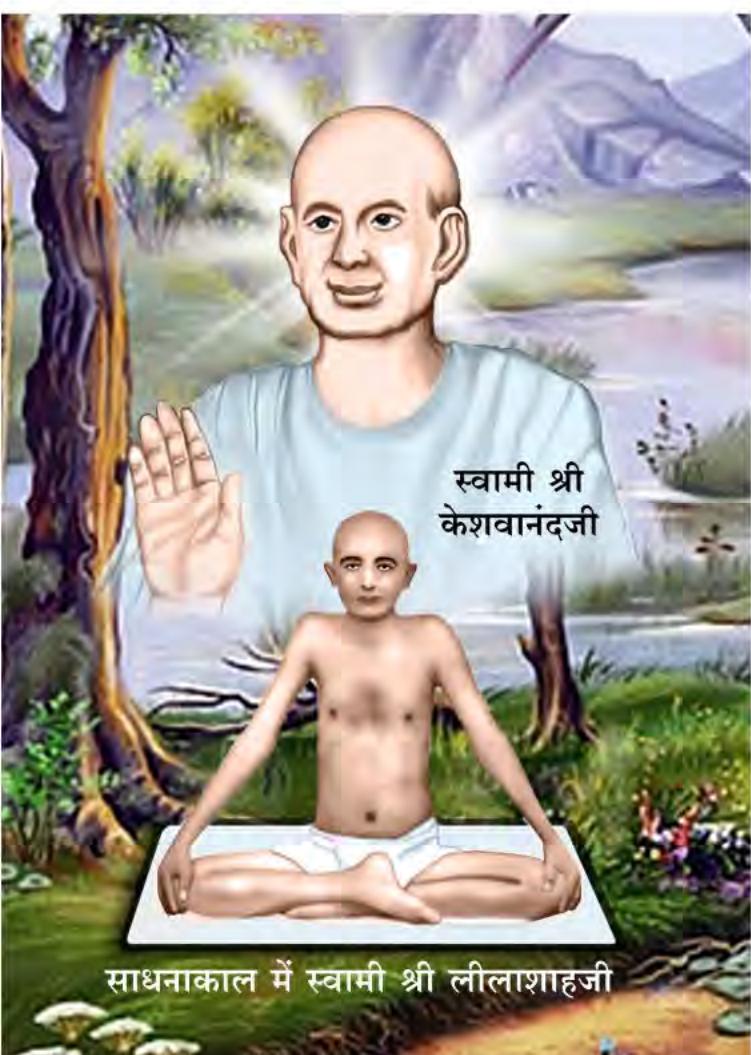
वे विद्यार्थी सचमुच में महान बन जायेंगे जो उद्यम, साहस, धैर्य, बुद्धि, शक्ति, पराक्रम के गुणों को विकसित करेंगे और इनके साथ जिन विद्यार्थियों के मन में दया, क्षमा, उदारता होगी वे तो गजब का विकास कर लेंगे।

मन में प्राणिमात्र के हित की भावना से और शास्त्रानुसार खानपान, पवित्र आहार करने से विद्यार्थी विद्या में आगे बढ़ता है। जो खूब नमक-मिर्चवाला, तला हुआ, भुना हुआ या अशुद्ध (बाजारू, बासी व जूठा भोजन, चाय, कॉफी, ब्रेड, फास्टफूड आदि तामसी) आहार करते हैं उनका मन विद्या पढ़ने से ऊब जाता है। वे भगेड़ू बन जाते हैं इसलिए विद्यार्थियों को आहार का भी खूब ध्यान रखना चाहिए। सब विद्यार्थियों, अभिभावकों, सब मनुष्यों के हृदय में विश्वनियंता परमात्मसत्ता है। जितना मन शांत, पवित्र बनता है उतना ही वह सुखी, साहसी, उद्यमी, दयालु, परोपकारी, सज्जन, सदाचारी, विश्वमानव के काम आनेवाला बनने लगता है।

विद्यार्थियों को डरने की, आलसी होने की जरूरत नहीं है। अपनी रोजी-रोटी अथवा आटा-दाल, मिर्च जुटाने में ही जीवन खपाने की जरूरत नहीं है। जीवन में बहुत कुछ उत्तम, शाश्वत पहचानने, पाने की गुंजाइशें हैं। वे लोग सचमुच अभागे हैं जो आलसी-प्रमादी हैं और अपना भाग्य कूटते रहते हैं: 'क्या करें, जमाना बड़ा खराब है... क्या करें, ऐसा है... क्या करें, अच्छे मास्टर नहीं मिलते... क्या करें, अच्छे माता-पिता नहीं हैं... क्या करें, अच्छी पुस्तकें नहीं हैं...' अरे, रोता क्या है! हिम्मत कर।

God helps those who help themselves.

भगवान उसीको मदद करता है जो अपने-आपको मदद करता है। १६ साल की उम्र में तोरणा का किला जीतनेवाले शिवा को याद कर, २० साल की उम्र में सिकंदर ने विश्वविजय का अभियान आरम्भ कर दिया था। १५ साल की उम्र में संत ज्ञानेश्वर महाराज ने गीता की ऐसी टीका लिखी कि बड़े-बड़े विद्वान पढ़कर दंग रह जाते हैं। १९ साल की उम्र में राजा रणजीत सिंह ने लाहौर का किला जीत के दिखाया। ५ साल की उम्र में ध्रुव ने विश्वनियंता परमेश्वर को प्रकट करके दिखा दिया। ११ साल के प्रह्लाद ने स्तम्भ में से भगवान नृसिंह को प्रकट करके दिखा दिया। विद्यार्थियों में कितनी शक्ति होती है! मीरा ने हरिनाम से रँगकर मेवाड़ को रसीला बना के दिखा दिया। बहुत शक्ति छुपी है बच्चियों में, बच्चों में। केवल उनको जगाने का, उन शक्तियों का सदुपयोग करने का मार्ग मिल जाय। आप पढ़ाई- (शेष पृष्ठ १६ पर)

साधनाकाल में स्वामी श्री लीलाशाहजी

आत्मज्ञान के सच्चे पिपासु

उपनिषदों में बताया गया है कि आत्मज्ञान के जिज्ञासु दुनिया को छोड़कर सद्गुरु की शरण में आते हैं और कई वर्षों तक उनकी सेवा करके सत्य (परमात्मा) को प्राप्त करते हैं। लीलारामजी (भगवत्पाद साँईं श्री लीलाशाहजी महाराज का पूर्व का नाम) की भी यही वृत्ति थी। लीलारामजी को सद्गुरु केशवानंदजी की शरण मिली और वे दिन-रात गुरुसेवा तथा आत्मचिंतन में लीन रहने लगे। वे गुरु-आश्रम की सफाई करते और पानी भरते थे। गायों के लिए चारा काटने की मशीन चलाकर चूरा बनाते और गायों की हर प्रकार से सेवा करते थे। आश्रम में आने-जानेवाले सत्संगियों का आदर-सत्कार करते और आधी रात तक अपने सद्गुरुदेव के श्रीचरणों की मालिश करते थे। सद्गुरु स्वामी केशवानंदजी की भी अपने पूर्ण समर्पित शिष्य पर अपार कृपादृष्टि रहती थी। वे लीलारामजी को परमात्मा के रंग में रँगते रहे। उन्हें वेदांत के ग्रंथों का गहरा अभ्यास कराते रहे।

शास्त्रों में कितनी ही गूढ़ रहस्यभरी बातें होती हैं जो कि आमजन की समझ से बाहर होती हैं और उनका लोग अपनी-अपनी मति से अर्थ निकालते रहते हैं। अतः जैसे समुद्र का पानी बादल बनकर वर्षा के रूप में प्राप्त होता है तो उसे पी सकते हैं, वैसे गुरु ही शिष्यों को शास्त्रों के रहस्य सुग्राह्य, मधुर बना के उनकी शंकाओं का समाधान कर सकते हैं। अतः सद्गुरु केशवानंदजी ने भी लीलारामजी को वेदांत के ग्रंथ पंचीकरण, वैराग्य शतक, उपनिषद्, श्रीमद्भगवद्गीता, विचारसागर आदि कंठस्थ करवाये और उनके ज्ञान को आचरण में लाने की हिदायत देते रहे। लीलारामजी की वृत्ति भी दिनोंदिन बदलती रही। द्वैतवृत्ति छूटती गयी, अंतर्यामी परमात्मा से प्रीति बढ़ती गयी और साधनामय जीवन व्यतीत करने लगे। कभी अगर मन भटकने की कोशिश करता तो अपने कान मरोड़कर गालों पर थप्पड़ें लगाते और मन को समझाते थे। कभी किसी चीज को खाने की इच्छा होती तो उसके आगे बैठ जाते और अपने को कहते : ''खा, लीला ! खा।'' पर वह चीज मुँह में नहीं डालते थे। इस प्रकार सभी विषय-आसक्तियों पर विजय प्राप्त करते गये और अपने अहं को सद्गुरु-चरणों में समर्पित करते गये। और आखिर एक दिन सद्गुरु केशवानंदजी ने लीलारामजी को पूर्ण तत्त्व-परमात्मस्वरूप में प्रतिष्ठित कर दिया। ❑

सरयूतट पर खेल

मर्यादापुरुषोत्तम भगवान श्रीरामजी की मर्यादा

विद्यार्थीकाल जीवन का श्रेष्ठतम समय होता है। इस काल का परम सदुपयोग कैसे करें ? इसके लिए भगवान श्रीरामचन्द्रजी की बाल्यावस्था बड़ी ही प्रेरणादायी व अनुकरणीय है। रामजी ऐसे थे कि अयोध्या के बालक इनसे मित्रता करके परम सुखी होते थे। ये खिलौने, वस्त्र, आभूषण अपने मित्रों को बाँट दिया करते थे। खेल में ये जानबूझकर हार जाते। इनके दिल में परहित का प्रभाव खिलता और मित्र जीतकर खुश होते, उनका उत्साह बढ़ता। उनके उत्साह और खुशी में भी इनको खुशी मिलती। तीनों भाई श्रीरामजी की सेवा करते और उन्हें प्रसन्न करने की सदा चेष्टा करते तथा श्रीरामजी भी सदा भाइयों को सुख पहुँचाने और प्रसन्न रखने का प्रयत्न करते थे।

नगर के लोग राजकुमारों को अपने प्राणों के समान प्यार करते थे। राजकुमार होने पर भी वे बालक नगर के लोगों में जो जैसे बड़े आदरणीय थे, उनका उसी प्रकार आदर करते थे। वे बड़ों को नम्रता से प्रणाम करते थे। प्रजा में पुरस्कार बाँटते थे और सबको प्रसन्न करते थे। ६ वर्ष की अवस्था होते ही राजकुमारों का यज्ञोपवीत संस्कार हो गया और वे कुलगुरु ब्रह्मर्षि वसिष्ठजी के आश्रम में विद्याध्ययन हेतु चले गये।

उन दिनों आजकल की भाँति स्कूल-कॉलेज नहीं थे। विद्यार्थी बड़े संयम-नियम से रहकर गुरुदेव की सेवा करते थे। उनके पास बिछाने या कंधे पर रखने को एक मृगछाला रहती थी। विद्यार्थी जमीन पर मृगछाला बिछाकर सोते थे। प्रातःकाल ब्राह्ममुहूर्त में उठकर आत्मचिंतन करने के बाद शौच, स्नान, संध्या तथा हवन आदि नित्यकर्म करते थे। दोपहर तथा सायंकाल भी संध्या और हवन किया जाता था। गुरुदेव का आश्रम नगर से दूर वन में होता था। आश्रम में झाड़ू लगाने, लीपने, पौधों में जल देने, कुश व फूल तोड़ने तथा हवन के लिए लकड़ियाँ लाने की सेवा विद्यार्थी ही करते थे। विद्यार्थी एक समय नगर या ग्रामों से भिक्षा माँगकर ले आते और गुरुदेव को अर्पण करते थे। उसमें से गुरुदेव जो दे देते थे, उसीको प्रसादरूप में पाकर संतुष्ट रहते थे। इस प्रकार गुरुसेवा करते हुए गुरुकृपा से जो विद्या प्राप्त होती थी, वह विद्या इस लोक और परलोक में भी कल्याण करनेवाली होती थी।

गुरुदेव के आश्रम में धनी-दरिद्र के बालकों में कोई भेद नहीं होता था। सभी बालक समान भाव से ही **(शेष पृष्ठ १२ पर)**

निष्पाप रहो, निश्चिंत रहो

- पूज्य बापूजी

एक बार हम लंदन गये थे। किसी भक्त ने बहुत प्रार्थना की तो हम उसके घर गये। घर में कोई प्रेत आदि आता और एक लड़की को सताता था। वह लड़की किसीको भी देखती तो चीखती थी। उस समय लंदन में प्रेत निकालने के बहाने किसी व्यक्ति को मारने-पीटने की घटना में कोई मर गया था, तब से वहाँ पुलिस मुल्ला-मौलवियों, साधु-संतों पर कड़ी नजर रखती थी। हम उस घर में गये तो लड़की चीखी : ''आऽऽऽऽ...।'' ऐसी चीखी कि पड़ोस में आवाज गयी।

पड़ोसियों ने पुलिस को फोन कर दिया। तुरंत पुलिस आ गयी।

पुलिस आयी तो हम जिनके घर गये थे वे लोग घबरा गये, बोले : ''बापूजी ! यह लड़की चीखी तो पड़ोसियों ने फोन कर दिया है और अब पुलिस आ गयी है तो आप थोड़ा उस कमरे में चले जाइये।''

मैंने कहा : ''नहीं, हम इधर ही बैठेंगे।''

पुलिस आयी तो सब कमरे जाँचे और बाथरूम भी जाँचा कि 'कोई घुस तो नहीं गया।' जहाँ मैं बैठा था वहाँ आरती आदि का सामान पड़ा था। पुलिसवालों ने मुझे देखा तो वे चौंक गये। बोले : ''हू इज ही (ये कौन हैं) ?''

घरवालों ने कहा : ''ही इज अवर प्रीस्ट।'' अर्थात् ये हमारे धर्मगुरु हैं।

मैंने पुलिसवालों पर एक नजर डाली तो वे चुपचाप चले गये।

घरवाले बोल रहे थे : ''आप किसी कमरे में छुप जाइये या बाथरूम में चले जाइये।'' अगर हम उस समय छुप जाते तो डरपोक बनते और पकड़े जाते। फिर जो छोड़ने की कार्यवाही होती सो होती लेकिन वे लोग किनकी पंक्ति में बापूजी को गिन डालते ?

अतः आप निर्भीक रहा करो। आप किसीको सताते नहीं, किसीका बुरा चाहते नहीं, सोचते नहीं, करते नहीं फिर जरा-जरा बात में डरना क्यों ?

अब मेरे पास इतने लोग आते हैं तो किसीको ईर्ष्या होती है इसलिए कुछ-का-कुछ अखबारों में छपवाते हैं। कोई डराने के लिए, कोई पैसा निकालने के लिए अखबारों में तोड़-मरोड़ के बापू की निंदा भी लिख देते हैं लेकिन मैं निर्भीक रहता हूँ तो मेरे को तो कोई फर्क नहीं पड़ता।

आप बुरे मत बनो फिर कोई आप पर दोषारोपण करे, आपको बुरा कहे तो डरो मत, धैर्य रखो। भयभीत नहीं होना, क्रोधित नहीं होना। सोचो, 'भगवान हमारी सहनशक्ति बढ़ा रहे हैं, समता बढ़ाने का अवसर दे रहे हैं।' और कोई प्रशंसा करे तो सोचो, 'भगवान हमारा उत्साह बढ़ाने की लीला कर रहे हैं।' दोनों समय भगवान की स्मृति आ जाय। सफलता और आनंद आये तो सोचो, 'भगवान की दया है।' विफलता और विरोध हो तो सोचो, 'भगवान की कृपा है।' विपरीत परिस्थिति वैराग्य और अनुकूल परिस्थिति सेवा सिखाने को आती है। तो एक तरफ सेवा हो, दूसरी तरफ विवेक-वैराग्य हो। ❑

ताकि भारत भारत रहे, इंडिया न बने

- श्री सत्यपाल जैन, पूर्व सांसद व एडिशनल सॉलिसिटर जनरल

आज वेलेंटाइन डे के नाम पर बहुत सारी (गलत) चीजें होती हैं लेकिन संत आशारामजी बापू ने सारी दुनिया को एक नया रास्ता दिखाया है। हम माँ-बाप की पूजा करते रहें, ऐसे कार्यक्रम करते रहें ताकि वृद्धाश्रमों की कोई आवश्यकता ही न पड़े।

बड़े महापुरुषों के जीवन में हमेशा संकट आते हैं। संत वे ही होते हैं जो खुद काँटों के रास्ते पर चलते हुए दूसरों के लिए फूल बिछाते हैं। संत आशारामजी बापू को भगवान बहुत लम्बी आयु दें, बहुत लम्बे अरसे तक वे हमारा, समाज का, देश का नेतृत्व करते रहें और ऐसे कार्यक्रम हमें प्रेरणा दे के करवाते रहें ताकि भारत भारत रहे, हिन्दुस्तान रहे, इंडिया न बने। ❐

महिला उत्थान मंडल द्वारा साध्वी रेखा बहन के सान्निध्य में ५ दिवसीय जप-अनुष्ठान शिविर

(केवल महिलाओं एवं युवतियों हेतु)

दिनांक : २५ से २९ मई

स्थान: संत श्री आशारामजी महिला उत्थान आश्रम, अहमदाबाद।

* पिछले अनेक दशकों से साधन-भजन से सुस्पंदित होती आयी इस पुण्यस्थली के सुरम्य, पवित्र, शांत व सात्त्विक वातावरण में पायें जप, ध्यान, साधना का स्वर्णिम अवसर।

* योग-प्रशिक्षण व उन्नति की कुंजियाँ।

* सुखमय परिवार हेतु मार्गदर्शन।

सम्पर्क : ९१५७३०६३१३, (०७९) ३९८७७८२७

ऋषि प्रसाद प्रश्नोत्तरी

नीचे दिये गये प्रश्नों के उत्तर खोजने हेतु इस अंक को ध्यानपूर्वक पढ़िये। उत्तर अगले अंक में प्रकाशित किये जायेंगे।

(१) .... को सद्गुरुरूप में पाने के बाद फिर और किसीकी पूजा बाकी नहीं रहती।

(२) जो अनार ...... होता है वह भूखवर्धक, रुचिकारक, थोड़ा पित्तवर्धक और सुपाच्य होता है।

(३) जो खूब नमक-मिर्चवाला, तला हुआ, भुना हुआ या अशुद्ध आहार करते हैं उनका मन .... से ऊब जाता है।

(४) आत्मसाक्षात्कारी ज्ञानीजनों द्वारा रचित आध्यात्मिक शास्त्रों एवं पुस्तकों का अध्ययन .... कहलाता है।

(५) जो बिना .... के केवल ध्यान के द्वारा ही अंतःकरण को शुद्ध करना चाहते हैं उनके लिए यह (ईश्वरप्राप्ति) एक बहुत लम्बी यात्रा है।

गुरुकुलों में अनुष्ठानों का आयोजन

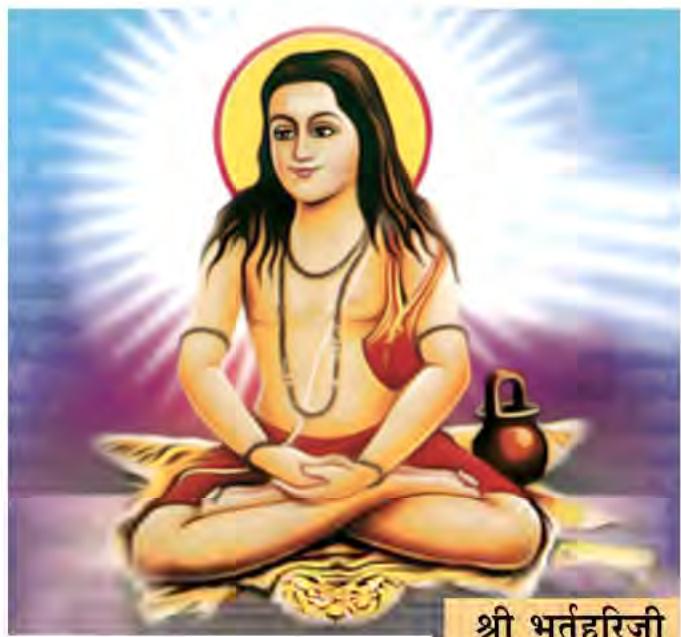
विद्यार्थियों की आध्यात्मिक उन्नति व उन्हें मेधावी, प्रतिभासम्पन्न बनाने हेतु संत श्री आशारामजी गुरुकुलों के विद्यार्थियों हेतु ७ दिवसीय अनुष्ठान आयोजित हुए, जिनमें विद्यार्थियों ने सारस्वत्य मंत्रजप, सत्संग, ॐकार-गुंजन, प्राणायाम, मुद्राएँ, आसन आदि का लाभ लिया।

पूर्णरूप से भयरहित क्या और क्यों ?

भोगे रोगभयं कुले च्युतिभयं वित्ते नृपालाद्भयं
मौने दैन्यभयं बले रिपुभयं रूपे जराया भयम्।
शास्त्रे वादभयं गुणे खलभयं काये कृतान्ताद्भयं
सर्वं वस्तु भयान्वितं भुवि नृणां वैराग्यमेवाभयम्।।

'भोगविलास में रोगादि उत्पन्न होने का, सत्कुल में वंश-परम्परा के टूटने का, द्रव्य (धन-सम्पदा) में राजा का, मौन-धारण में दीनता का, पराक्रम में शत्रु का, सुंदरता में जरा (बुढ़ापा) का, शास्त्र में विवाद का, गुण में दुर्जन का और काया में मृत्यु का भय सर्वदा बना रहता है। इसलिए इस पृथ्वीतल पर और सब पदार्थ तो भययुक्त हैं परंतु एक वैराग्य ही ऐसा है कि जो सब प्रकार के भयों से सर्वथा मुक्त है।'

(वैराग्य शतक : ३१)

यदि मनुष्य विषय-सुखों को भोगता है तो उसे रोगों का भय रहता है। यदि चंदन आदि शीतल पदार्थों का बारम्बार या अधिक लेपन किया जाता है तो बादी (वायु) हो जाती है। यदि व्यक्ति का उच्च कुल में जन्म होता है तो सदा उसके पतन या उसमें कोई दोष होने का डर लगा रहता है। कुल में किसीके भी दुराचारी होने से कुल की बदनामी का भय रहता है। इसी तरह अधिक धन होने से राजा का डर लगा रहता है कि 'कहीं राजा सारा धन छीन न ले!' चुप रहने में अप्रतिष्ठा और दीनता का भय रहता है। चुप रहनेवाले को अनेक लोग दीन-हीन समझ लेते हैं। संग्राम में शत्रुओं का भय रहता है। यदि सूरत सुंदर होती है तो उसके बिगड़ जाने का भय रहता है। बुढ़ापे में रूप-रंग नष्ट हो ही जाता है। शास्त्रों के जाननेवाले को प्रतिपक्षियों का भय रहता है। प्रतिपक्षी सदा उसे नीचा दिखाना और उसका अपमान करना चाहते हैं। पुण्य या सद्गुणों में दुष्टों का भय

श्री भर्तृहरिजी

रहता है। दुष्ट लोग अच्छे-से-अच्छे कामों में दोष निकालकर उनका उलटा अर्थ लगाने लगते हैं। वे निंदा या अपवाद करके गुणी के गुणों का मूल्य घटाने की भरपूर चेष्टा किया करते हैं। शरीर के पीछे मृत्यु का भय लगा रहता है। काया का नाश अवश्यम्भावी है। जो शरीर में आया है, जिसने यह शरीररूपी वस्त्र पहना है उसे यह छोड़ना ही होगा।

इस तरह विचार करने से यही सिद्ध होता है कि मनुष्य को सभी सांसारिक पदार्थों में भय-ही-भय है। फिर भय किसमें नहीं है ? केवल वैराग्य ही ऐसा है जिसमें किसी भी बात का भय नहीं है।

'श्री योगवासिष्ठ महारामायण' में अपने गुरुदेव श्री वसिष्ठ मुनि से भगवान श्रीरामचन्द्रजी कहते हैं: "सभी भोग संसाररूपी महारोग हैं अर्थात् जैसे अपथ्य-सेवन से रोग नष्ट नहीं होता, वैसे ही भोगों के सेवन से संसाररूपी महारोग बना रहता है।"

ओह! विषयी जीवन कितना क्षणभंगुर है। यदि मनुष्य इस पर तथा इसके परिणाम पर शांत चित्त से विचार करे, यदि वह इस बात को समझ सके कि 'विषयभोग के अनंतर दुःख, चिंता, परेशानी एवं मृत्यु निश्चित है।' तो वह

कभी भी उनसे लिप्त न हो और वैराग्य भाव उसके भीतर उत्पन्न हो जाय। क्षणिक वैराग्य कभी-कभी लोगों के अंदर उत्पन्न हो जाया करता है किंतु वह या तो किसी स्वजन की मृत्यु के कारण उत्पन्न होता है या धन-सम्पत्ति के विनाश आदि के कारण। वास्तविक वैराग्य संसार की नश्वरता या आत्मज्ञान के दृढ़ चिंतन एवं विवेक के उपरांत उत्पन्न होता है और वही स्थायी होता है।

वैराग्य कैसे बढ़े ? इस बारे में पूज्यश्री के सत्संग में आता है: ''वैराग्य आने अथवा जगाने के कई तरीके होते हैं। एक तो कहीं घर में झगड़ा हुआ, कोई मर गया अथवा तो इच्छित वस्तु नहीं मिली, मजदूरी कर-कर के थके कि 'छोड़ो, संसार ऐसा ही है।' अथवा तो सत्संगियों का संग मिला और कुछ विवेक हुआ तो देखा कि 'सब ऐसे ही है भाई ! बड़े-बड़े चले गये तो अपन क्या हैं ?' विवेक जगा। जप करने से और 'भगवान के सिवाय कोई सार नहीं है' ऐसा थोड़ा विवेक जगने से भी वैराग्य आता है। विषय-विकारों का सुख कितना भी मिला हो पर भगवान के सुख के आगे तुच्छ ही है। 'कामविकार भोगा, देखा तो बाद में क्या मिला ? सत्संग और ध्यान के बाद तो इतना बढ़िया होता है लेकिन कामविकार भोगने के बाद तो इतना सत्यानाश...' ऐसा विवेक करने से भी वैराग्य आता है। बेटे-बेटियों को कमा के खिलाया, नहलाया-धुलाया और उन्हींके द्वारा उद्दंड व्यवहार हुआ तो विवेक करें। इससे वैराग्य आयेगा। देह की बीमार अवस्था अथवा देह की नश्वरता देखकर विवेक जगायें अथवा श्मशान में गये तो मन को कहें, 'यही शरीरों का हाल है !'

जन्म, मृत्यु, वृद्ध अवस्था और व्याधियों का खयाल करो। 'बेटों का क्या होगा ? परिवार का क्या होगा ?' इस चक्कर से निकल जाओ। हम अपना प्रारब्ध लेकर आये थे। आप पिछले जन्म में किसीके बेटे थे। न वे संबंधी साथ आये न वह शरीर साथ आया। अभी भी यह शरीर आपका नहीं है। आपका होता तो कहने में चलता। आप नहीं चाहते हो कि यह बीमार होवे फिर भी हो जाता है। फिर भला यह आपका कैसे हो सकता है ? यह तो मोह-ममता है कि 'बेटा मेरा, फलाना मेरा, फलाना मेरा...।' एक आत्मा ही अपना है, बाकी सब सपना है। **वैराग्यरागरसिको भव भक्तिनिष्ठः।** वैराग्य में राग करो और परमात्मा का रस पाओ, भक्तिनिष्ठ हो जाओ। इसीसे आपका कल्याण होगा।'' ❐

अनुष्ठान का सुनहरा अवसर

हिमालय की पहाड़ियों एवं गंगा-तट पर बसे टिहरी आश्रम (चवाल खेत, नई टिहरी, उ.खं.) का वातावरण सात्त्विक व ठंडा है। अप्रैल से जून तक यहाँ का मौसम साधना के लिए विशेष अनुकूल होता है। पूज्य बापूजी के पावन सान्निध्य एवं ध्यान-समाधि के आंदोलनों से सुस्पंदित इस भूमि का लाभ सभी साधकों को मिल सके इसीलिए यहाँ गर्मियों में 'सामूहिक अनुष्ठान-साधना शिविर' का आयोजन किया गया है।

अनुष्ठान का लाभ केवल साधक भाई ले सकेंगे। टिहरी आश्रम आनेवाले साधकगण हनुमान चौक पर ही उतरें। हरिद्वार आश्रम में भाइयों व बहनों दोनों के लिए अनुष्ठान हेतु व्यवस्था रहेगी। सम्पर्क करें :

टिहरी : ९४११९८५५८९, ८९७९१८७०४६
हरिद्वार : ९३५९५०८३८७

आत्मानुभवी सत्पुरुषों का हृदय केवल मनुष्य ही नहीं अपितु अन्य जीवों, वृक्षों आदि के प्रति भी प्रेम और सहानुभूति से भरा होता है। वे सबमें एकमात्र अपना आत्मस्वरूप ही देखते हैं।

इन्हें भी इंसान की तरह नहलाया जाता है !

२००६ के आसपास की बात है। बापूजी अहमदाबाद आश्रम में टहल रहे थे। व्यासपीठ के सामने कुछ पेड़ लगे थे पर उनकी क्यारियाँ नहीं बनी हुई थीं तो पूज्यश्री ने सेवकों को समय से पानी देने की आज्ञा की। सेवकों ने तुरंत क्यारियाँ बना के खाद-पानी डाला। उस दिन से बापूजी ने नियम बना दिया कि 'अमुक-अमुक अंतराल में प्रत्येक पेड़ को पानी पिलाना ही है। हर महीने आश्रम के सभी बड़े-बड़े पेड़ों- पीपल, बरगद, नीम, आम, जामुन आदि को नहलाया जाय।' बस, बापूजी की आज्ञा हो गयी तो आज भी पेड़ों को नहलाया जाता है। आश्रम में बाहर से आनेवाले लोग आश्चर्य करते हैं कि 'इंसान की तरह नहाते हैं यहाँ के पेड़!' और बापूजी की अनुपस्थिति में भी इन आज्ञाओं का पालन आज भी हो रहा है।

जीवमात्र के प्रति कितनी संवेदनशीलता !

२००३-२००४ की बात है। बापूजी बोले : "सुबह-सुबह की ताजी हवा में घूमने से स्वास्थ्य अच्छा रहता है। बल, बुद्धि, तेज, कांति बढ़ती है, और भी बहुत लाभ होते हैं। सभी बच्चे (आश्रमवासी) दौड़ने वाटिका आ जायें।"

फिर एक सेवक को कहा : "सब लोग दौड़ने आ रहे हैं तो तुम पहले जाकर रास्ते में

रेंगनेवाली बीर-बहूटियों (एक प्रकार के बरसाती कीड़ों) को उठाकर खेत की क्यारी में रख दो अन्यथा किसीके पैरों के नीचे आ जायेंगी तो मर जायेंगी बेचारी।''

सेवक ने आज्ञापालन किया और बीर-बहूटियों को एक गिलास में एकत्र कर खेत की क्यारी में गिराने लगा। यह देखते ही दयालु गुरुदेव बोल पड़े: ''अरे, अरे! रुक जा। वे बेचारे मूक प्राणी हैं। उन्हें चोट लगेगी तो वे किसके पास दवा कराने जायेंगे? धीरे-से रखना ताकि उन्हें तकलीफ न हो।''

प्राणिमात्र का कितना खयाल रखते हैं बापूजी! आज देखा जाय तो संसार में ऐसे लोगों की भरमार है जो जीवित प्राणियों को मारकर बेरहमी से खा जाते हैं। दूसरे प्राणियों की हिंसा न हो ऐसा भाव रखनेवाले लोग भी हैं लेकिन जो प्राणिमात्र को आत्मवत् देखते हैं, मूक जीवों और पेड़-पौधों की भी पीड़ा हरने लगते हैं, ऐसे सर्वहितैषी, ब्रह्मवेत्ता महापुरुष तो अति दुर्लभ होते हैं।

लोगों के कल्याण की अद्भुत प्यास

एक पुराने गुरुभाई ने बताया था कि बहुत पहले जब गिने-चुने लोग ही सत्संग में आते थे, तब बापूजी कहीं पर भी सत्संग सुनाना शुरू कर देते थे, जैसे- नदी-किनारे घूमते समय, स्नान करके आते समय नदी-किनारे रेत के ढेर पर ही बैठ जाते, बगीचे में वृक्षों के नीचे सत्संग प्रारम्भ कर देते थे। बस, जो जहाँ मिल गया वहीं पर आत्मज्ञान के, अपने ब्रह्मानंद की मस्ती के मोती लुटाते रहते थे। आज भी तो वैसे ही लुटा रहे हैं, रेल हो चाहे जेल हो। पूज्य बापूजी ने साधनाकाल में भगवान के साथ शरारतभरी अठखेलियाँ करते हुए

चुनौती दी थी कि 'मुझे भले तुम्हें पाने के लिए खूब यत्न करने पड़ रहे हैं, अभी मिलते नहीं हो किंतु तुम मुझे एक बार मिल जाओ फिर मैं तुम्हारी ऐसी हालत बना दूँगा जैसे बाजार में सब्जी की होती है। सब्जी बेचनेवाले जैसे सुबह १५ रुपये की किलो, दोपहर को १० रुपये की किलो और शाम होते-होते वही सब्जी 'ले जा २ रुपये की किलो' की आवाज लगाते हैं, ऐसे ही मैं तुम्हें भी सस्ता बना दूँगा।' और यह चुनौती आपश्री ने साकार भी कर दिखायी।

कितने सरल, हितैषी, परोपकारी, करुणा की खान, कितने उदार और प्रेमी होते हैं संत! धन्य है उनका जीवन, जो श्रद्धाभाव से आप संतश्री के दर्शन-सत्संग का लाभ लेकर, आपके दैवी कार्य में स्वयं को लगा के आत्मप्रीति, आत्मसुख, आत्मा-परमात्मा की प्राप्ति के पथ पर अग्रसर होते हैं! ❐

(पृष्ठ ६ का शेष) रहते थे। श्रीरामजी सहित चारों भाइयों ने बहुत थोड़े दिनों में ही गुरुमुख से सुनकर चारों वेद, चारों उपवेद, छः शास्त्र, वेद के छः अंग, इतिहास, पुराण और सभी कलाएँ सीख लीं।

गुरगृहँ गए पढ़न रघुराई ।
अलप काल बिद्या सब आई ।।

(श्री रामचरित. बा.कां. : २०३.२)

गुरुदेव ने राजकुमारों को सब विद्याओं में निपुण हुआ देखकर घर लौटने की आज्ञा दी। विधिपूर्वक गुरुदक्षिणा देकर और समावर्तन संस्कार (गुरुकुल में विद्याध्ययन के बाद गुरु-अनुमति से घर वापस जाने का संस्कार) कराके चारों राजकुमार राजधानी में लौट आये।

मर्यादापुरुषोत्तम भगवान श्रीरामजी धर्म के साक्षात् स्वरूप हैं। उनका चरित्र विश्वमानव के लिए आदर्श चरित्र है। उनके बाल्यकाल से लेकर प्रयाणकाल तक की सम्पूर्ण चेष्टाएँ धर्म व मर्यादा से ओतप्रोत हैं। वे सभी विद्याओं तथा ज्ञान के सागर होते हुए भी गुरु-आश्रम में रहकर गुरुसेवा की मर्यादा का इतना उत्कृष्ट आदर्श प्रस्तुत करते हैं कि समस्त विश्व उन्हें 'मर्यादापुरुषोत्तम' कहता है। ❐

(भगवत्पाद साँईं श्री लीलाशाहजी महाराज के श्रीमुख से निःसृत अमृतवचन)

* **कुसंग से बचें :** एक आवश्यक बात ध्यान में रखो। अच्छी संगत हमेशा पार उतारती है। बुरी संगत डुबोती है। इसलिए अच्छे लोगों की ही संगत करनी चाहिए। रानी कैकेयी को राजा दशरथ से बेहद प्यार था परंतु मंथरा के कुसंग के कारण उसके मन के संकल्प बिगड़ने लगे तथा राजा दशरथ से राम को वनवास भेजने का वचन माँगकर वह राजा की मृत्यु का कारण बनी। यह है कुसंग का फल। सत्संग करने के अलावा अच्छी (संतों-महापुरुषों की प्रेरणादायी) पुस्तकों का संग करना चाहिए।

* **दूसरों के दोष न देखें :** सारा संसार सुधर जाय परंतु यदि हम नहीं सुधरे तो कुछ नहीं होगा। अतः सदैव अपना खयाल रखना चाहिए। प्रातःकाल उठते समय परिपूर्ण परमात्मा के समीप आराधना करनी चाहिए कि 'हे प्रभु! मुझ पर कृपा करो। मैं अपने दोष देखूँ, दूसरों के दोषों पर मेरी दृष्टि नहीं पड़े। सदैव गुणग्राही बनूँ।'

* **सिनेमा व नशीले पदार्थों से बचें :** सिनेमा से शिक्षा से अधिक हम पर बुराई का असर होता है। इससे कई बुराइयाँ पैदा होती हैं। सिनेमा कई बीमारियों को भी बढ़ावा देता है। इससे आँखें भी कमजोर होती हैं। इसलिए सिनेमा देखना पाप समझना चाहिए। बीड़ी, शराब व अन्य नशीले पदार्थों के सेवन से बड़ी हानि होती है, इनका त्याग करो। आप मन को दृढ़ करेंगे तो इनसे बचना मुश्किल बात नहीं है।

* **सात्त्विक भोजन करें :** सात्त्विक व हजम होनेवाला भोजन खाया करें। बदहजमी नहीं होने दो। इससे बीमारियाँ होती हैं। भोजन खाना चाहिए शरीर को स्वस्थ रखने के लिए, न कि स्वाद पाने के लिए। व्यायाम व प्राणायाम किया करो, जिससे तन-मन स्वस्थ रहे। दिन में दो बार से अधिक भोजन न करें।

* **अपना कर्तव्य पालें :** शास्त्र कहते हैं :

मातृदेवो भव। पितृदेवो भव।
आचार्यदेवो भव। अतिथिदेवो भव।

माता-पिता, आचार्य, गुरु व अतिथि को देवता मानो। उन्हें पूजनीय समझो। उनके प्रति अपने कर्तव्य पालते रहो। यह बड़ा धर्म है। अंधे या भूले हुओं को राह दिखाना, प्यासों को पानी पिलाना व भूखों को **(शेष पृष्ठ २१ पर)**

विद्यार्थियों के लिए विशेष प्रेरक आद्य शंकराचार्यजी का जीवन

श्रीमद् आद्य शंकराचार्यजी जयंती : ३० अप्रैल

जगद्गुरु आद्य शंकराचार्यजी का जीवनकाल मात्र ३२ वर्ष का था। धर्म व दर्शन के क्षेत्र में तो उनका बहुत बड़ा योगदान है। मानव-जीवन के अन्य पहलुओं के लिए भी उनके सद्ग्रंथों से अमूल्य प्रेरणाएँ मिलती हैं।

बालकों के लिए आदर्श : शंकर

आदर्श बालक का हृदय निर्मल व पारदर्शी होता है। वह जो सोचता है वही कहता है और उसीके अनुसार आचरण करता है। उसकी यह निखालिसता और सरलता ही सबको उसकी ओर आकृष्ट करती है।

एक आदर्श बालक जिस लक्ष्य को अपना लेता है, उसको भूलता नहीं। लक्ष्य का निश्चय करके वह तुरंत उसे पूरा करने में जुट जाता है। वह धीर होता है और किसी भी परिस्थिति में विचलित नहीं होता। इन सब गुणों से युक्त शंकर एक विलक्षण बालक थे। उनकी अल्प आयु में ही उनके पिता का देहावसान हो गया था। उन्होंने मृत्यु को निकट से देखा। छोटी-सी उम्र में ही वैराग्य के बीज उनके कोमल चित्त में अंकुरित हो गये। लगभग ७ वर्ष की उम्र में उन्होंने चारों वेदों व वेदांगों का अध्ययन पूर्ण कर लिया। कितनी तीव्र लगन थी उनमें ! कोई भी बालक ऐसी प्रतिभा को प्राप्त कर सकता है यदि वह शंकर की तरह जितेन्द्रिय, एकाग्रचित्त और जिज्ञासु बने तो।

गुरुभक्तों के लिए प्रेरणास्रोत शंकर

अब बालक शंकर को ब्रह्मजिज्ञासा हुई। अतः किन्हीं ब्रह्मनिष्ठ सद्गुरु की खोज में वे अपने घर से निकल पड़े। श्री गोविंदपादाचार्यजी को पाकर शंकर बहुत प्रसन्न हुए। गुरु से विनीत भाव से प्रार्थना की : **''अधीहि भगवो ब्रह्म !''** अर्थात् भगवन्! मुझे ब्रह्मज्ञान से अनुगृहीत करें।

बालक को देखकर उन्होंने प्रश्न किया : ''वत्स ! तुम कौन हो ?'' बस, अपना परिचय देते हुए बालसंन्यासी शंकर के मुँह से वाग्धारा प्रवाहित हो उठी :

न भूमिर्न तोयं न तेजो न वायु-
र्न खं नेन्द्रियं वा न तेषां समूहः ।।
अनैकान्तिकत्वात्सुषुप्त्येकसिद्ध-
स्तदेकोऽवशिष्टः शिवः केवलोऽहम् ।।

'मैं पृथ्वी नहीं हूँ, जल भी नहीं, तेज भी नहीं, न वायु, न आकाश, न कोई इन्द्रिय अथवा न उनका समूह भी। मैं तो सुषुप्ति में भी सर्वानुगत एवं निर्विकार रूप से स्वतः सिद्ध हूँ, सबका अवशेषरूप एक-अद्वितीय केवल शिवस्वरूप हूँ।'

गुरु गोविंदपादाचार्यजी ने बालक शंकर को अपने शिष्य के रूप में **(शेष पृष्ठ २१ पर)**

ब्रह्मचर्य का पालन क्यों और कैसे ?

अतुलित बलशाली, आजीवन ब्रह्मचारी हनुमानजी

वास्तव में 'ब्रह्मचर्य' शब्द का अर्थ है: 'ब्रह्म के स्वरूप में विचरण करना।' जिसका मन नित्य-निरंतर सच्चिदानंद ब्रह्म में विचरण करता है, वही पूर्ण ब्रह्मचारी है। इसमें प्रधान आवश्यकता है- शरीर, इन्द्रियाँ, मन और बुद्धि के बल की। यह बल प्राप्त होता है वीर्य की रक्षा से। इसलिए सब प्रकार से वीर्य की रक्षा करना ही ब्रह्मचर्य व्रत का पालन करना कहा जाता है। अतः बालकों को चाहिए कि न तो ऐसी कोई क्रिया करें, न ऐसा संग ही करें तथा न ऐसे पदार्थों का सेवन ही करें जिससे वीर्य की हानि हो, जैसे चाय-कॉफी, तम्बाकू आदि का सेवन।

सिनेमा में प्रायः कुत्सित दृश्य दिखाये जाते हैं इसलिए बालक-बालिकाओं को सिनेमा कभी नहीं देखना चाहिए और सिनेमा-थिएटर में नट-नटी तो कभी बनना ही नहीं चाहिए। इस विषय के साहित्य (उपन्यास, पत्रिकाएँ आदि), विज्ञापन और चित्रों को भी नहीं देखना-पढ़ना चाहिए। इनके प्रभाव से स्वास्थ्य और चरित्र की बड़ी भारी हानि होती है और दर्शकों-पाठकों का घोर पतन हो सकता है।

लड़के-लड़कियों का परस्पर का संसर्ग (समीपता) भी ब्रह्मचर्य में बहुत घातक है। अतः इस प्रकार के संसर्ग का भी त्याग करना चाहिए तथा लड़के भी दूसरे लड़कों तथा अध्यापकों के साथ गंदी चेष्टा, संकेत, हँसी-मजाक और बातचीत करके अपना पतन कर लेते हैं, इससे भी लड़कों को बहुत ही सावधान रहना चाहिए। लड़के-लड़कियों को न तो परस्पर किसीको (कामदृष्टि से) देखना चाहिए, न कभी अश्लील बातचीत ही करनी चाहिए और न हँसी-मजाक ही करना चाहिए क्योंकि इससे मनोविकार उत्पन्न होता है। प्रत्यक्ष की तो बात ही क्या, सुंदरता की दृष्टि से स्त्री के चित्र को पुरुष और पुरुष के चित्र को कन्या या स्त्री कभी न देखे।

मन में विकार पैदा करनेवाले वेशभूषा, साज-शृंगार, तेल-फुलेल (सुगंधित तेल), केश-विन्यास, गहने-कपड़े, फैशन आदि को विद्यार्थी बालक-बालिका सर्वथा त्याग दें। ऐसी संस्थाओं, स्थानों, नाट्यगृहों, उत्सव-स्थलों, क्लबों, पार्टियों, भोजों, भोजनालयों, होटलों और उद्यानों में भी न जायें जहाँ विकार उत्पन्न होने की तथा खानपान और चरित्र भ्रष्ट होने की जरा भी आशंका हो। सदा सादगी से रहें और पवित्र, सादा भोजन करें।

श्री हनुमानजी ने आजीवन ब्रह्मचर्य का पालन किया, जिसके प्रभाव से वे बड़े ही धीर, वीर, तेजस्वी, ज्ञानी, विरक्त, भगवान के भक्त, विद्वान और बुद्धिमान हुए। हनुमानजी की इस लोकोत्तर प्रतिभा में भगवान की अनन्य भक्ति और ब्रह्मचर्य ही सर्वप्रधान कारण है। भीष्म पितामह की महानता में भी ब्रह्मचर्य-पालन एक प्रधान कारण है। ब्रह्मचर्य की महिमा को उजागर करनेवाले ऐसे अनेक उदाहरण हैं।

ब्रह्मचर्य खंडित होने से शीघ्र ही बल, बुद्धि, तेज, आयु और स्मृति का क्षय हो जाता है और रोगों का शिकार होकर शीघ्र ही काल के मुख का ग्रास बनना पड़ता है। यह बात शास्त्रसंगत तो है ही, युक्तिसंगत भी है। गम्भीरता से सोचने पर प्रत्यक्ष अनुभव में भी आती है।

अतएव ब्रह्मचर्य का कभी खंडन न हो इसके लिए विशेष ध्यान देना चाहिए। ब्रह्मचर्य के पालन से बल, बुद्धि, वीर्य, तेज, स्मृति, धीरता, वीरता और गम्भीरता की वृद्धि होकर उत्तम कीर्ति होती है तथा ईश्वर एवं सद्गुरु की कृपा से ज्ञान, वैराग्य, भक्ति, भगवत्प्राप्ति-जीव-ब्रह्म के एकत्व की ऊँची अवस्था भी आ जाती है। संयमी साधक, भक्त अपना और अपने सम्पर्क में आनेवालों का परम कल्याण कर लेता है। अतः शुरुआत में भले संयम कठिन लगे लेकिन उसका दृढ़ अभ्यास स्वर्गीय सुख से भी ऊँचा आत्म-परमात्मप्राप्ति का सुख, लाभ प्राप्त कराता है। ब्रह्मचर्य के साथ वेदांत-शास्त्र और संयम-सदाचारमूर्ति ब्रह्मवेत्ताओं का संग-सान्निध्य वहाँ पहुँचा देता है।

आत्मलाभात् परं लाभं न विद्यते ।
आत्मसुखात् परं सुखं न विद्यते ।
आत्मज्ञानात् परं ज्ञानं न विद्यते ।

(पृष्ठ ४ का शेष) लिखाई में तो आगे आ गये लेकिन और भी अपने-अपने क्षेत्र में आगे आ सकते हैं।

लव और कुश ऋषि के आश्रम में जन्मे थे। कोई साधन-सामग्री नहीं थी लेकिन अच्छी सीख के कारण इतने वीर योद्धा बने कि हनुमानजी जैसे को भी उन्हींकी पूँछ से बाँधकर रख दिया। शकुंतला ऋषि-आश्रम में रहती थीं। भरत जैसे सपूत में ऐसे संस्कार भर दिये कि शेर का मुँह खोलकर दाँत गिन के दिखा देता था। अधिक धन मिलने से, अधिक सत्ता, सौंदर्य मिलने से कोई आदमी बड़ा हो जाता है ऐसी बात नहीं, वास्तव में अच्छे संस्कार मिलें और लग जाय तो अपनी असली महान, महानतम आत्मसत्ता को जानकर उससे एकाकार हो जाय और अच्छे संस्कार नहीं मिले तो बाहर से बड़े कहलानेवाले, बड़े दिखनेवाले वातावरण में रहनेवाला भी छोटा हो जाता है। हरि ॐ... ❐

वही सुखी होता है

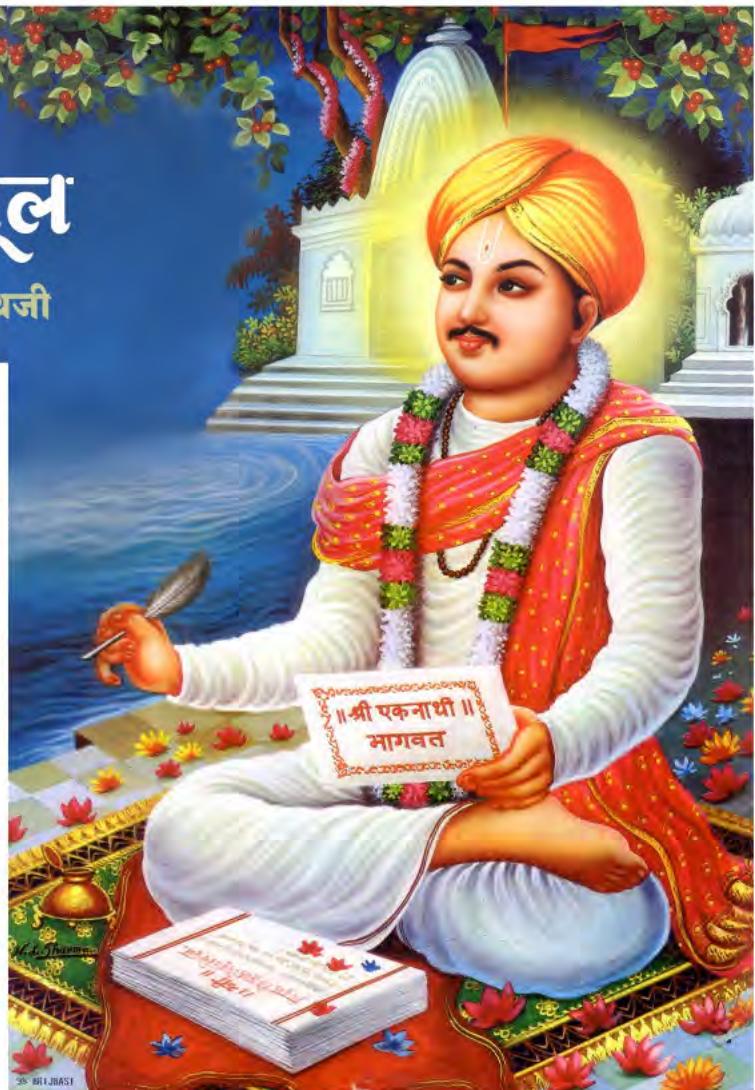
अहिंसा सत्यवचनं सर्वभूतेषु चार्जवम् ।
क्षमा चैवाप्रमादश्च यस्यैते स सुखी भवेत् ॥

'अहिंसा, सत्यभाषण, समस्त प्राणियों के प्रति सरलतापूर्ण बर्ताव, क्षमा तथा प्रमादशून्यता – ये गुण जिस पुरुष में विद्यमान हों, वही सुखी होता है ।'

(महाभारत, शांति पर्व : २१५.६)

भगवत्प्राप्ति का मूल

- संत एकनाथजी

हे ॐकारस्वरूप, सहज आत्मस्वरूप देव ! तुम्हें नमस्कार है ! तुम विश्वात्मा होते हुए चतुर्भुज हो। अष्टभुज भी तुम्हीं हो और विश्वभुज अर्थात् अनंतभुज भी तुम्हीं हो। तुम्हारा मैं गुरुत्व से ही गौरव (आदर-सम्मान) करता हूँ। अपने शिष्यों के भाव-अर्थ गुरु के नाम से अभय देनेवाले तुम्हीं हो। अभय देकर संसार-दुःख का निवारण करनेवाले तुम्हीं हो। जन्म-मरण का निवारण कर तुम स्वयं, स्वयं से ही मिलन करते हो। अतः गुरु और शिष्य - इन नामों से तुम्हारा ऐक्य (एकता) मालूम होने लगता है। यह एकता दृष्टि को दिखाई पड़ते ही एकनाथ और जनार्दन (संत एकनाथजी के सद्गुरु) - ये एकरूप ही हो जाते हैं। सारी सृष्टि गुरुत्व से भरकर सारा संसार 'स्व'आनंद से विचरने लगता है। ऐसा वह स्वानंद-ऐक्य चिद्घनस्वरूप जगद्गुरु जनार्दन है। उन जनार्दन की शरण जाकर एकनाथ ने अपनी एकता दृढ़ की। यह दृढ़ हुआ ऐक्य भी सद्गुरु ही बन गया। तब एकनाथ और जनार्दन एक हो जाने के कारण 'मैं'पन-'तू'पन समाप्त हो गया। इस प्रकार अकेले एक होते हुए भी एकनाथ को जनार्दन ने कवि बना दिया। तब उसे एकादश (श्रीमद्भागवत के ११वें स्कंध) के गहरे एकत्व का सहज ही बोध हो गया। उसी एकता की सच्ची स्थिति राजा पुरूरवा को भी प्राप्त हो गयी थी और सत्संग से उसका यह अनुताप (भगवद्-विरह से तपन), विरक्ति और भगवद्भक्ति दृढ़ हो गयी। यह बात २६वें अध्याय में श्रीकृष्ण ने अपने ही मुख से बतायी।

श्रीकृष्ण ने कहा : 'सत्संग से भगवद्भक्ति होती है और उससे साधकों को पूर्ण वैराग्य प्राप्त होता है (सत्संग से भगवत्स्वरूप महापुरुष एवं भगवद्भक्तों की संगति तथा साधन-भजन-सेवा में रुचि प्राप्त होती है और भगवद्-रस के प्रभाव से संसार-रस फीका होकर सहज में पूर्ण वैराग्य प्राप्त होता है।) भगवद्भक्ति किये बिना विरक्ति कभी उत्पन्न नहीं होगी और विरक्ति के बिना भगवत्प्राप्ति कल्पांत[1] में भी नहीं होगी।'

('श्रीमद् एकनाथी भागवत', अध्याय २७ से)

(१) कल्प का अंत। १ कल्प = ब्रह्माजी का १ दिन = ४ अरब ३२ करोड़ मानवीय वर्ष

हे देवियो ! अपनी महिमा को पहचानो

(श्री माँ आनंदमयी जयंती : ३० अप्रैल)

माता-पिता के संस्कारों का संतान पर प्रभाव

श्री आनंदमयी माँ के पिता विपिनविहारी भट्टाचार्य एवं माता श्रीयुक्ता मोक्षदासुंदरी देवी (विधुमुखीदेवी) – दोनों ही ईश्वर–विश्वासी, भक्तहृदय थे। माताजी के जन्म से पहले व बहुत दिनों बाद तक इनकी माँ को सपने में तरह–तरह के देवी–देवताओं की मूर्तियाँ दिखती थीं और वे देखतीं कि उन मूर्तियों की स्थापना वे अपने घर में कर रही हैं। आनंदमयी माँ के पिताजी में ऐसा वैराग्यभाव था कि इनके जन्म के पूर्व ही वे घर छोड़कर कुछ दिन के लिए बाहर चले गये थे और साधुवेश में रहकर हरिनाम–संकीर्तन, जप आदि में समय व्यतीत किया करते थे।

माताजी के माता–पिता बहुत ही समतावान थे। इनके तीन छोटे भाइयों की मृत्यु पर भी इनकी माँ को कभी किसीने दुःख में रोते हुए नहीं देखा। माता–पिता, दादा–दादी आदि के संस्कारों का प्रभाव संतान पर प्रत्यक्ष–अप्रत्यक्षरूप से पड़ता ही है। माताजी बचपन से ही ईश्वरीय भावों से सम्पन्न, समतावान व हँसमुख थीं।

आनंदमयी माँ को आध्यात्मिक संस्कार तो विरासत में ही मिले थे अतः बचपन से ही कहीं भगवन्नाम–कीर्तन की आवाज सुनाई देती तो इनके शरीर की एक अनोखी भावमय दशा हो जाती थी। आयु के साथ इनका यह ईश्वरीय प्रेमभाव भी प्रगाढ़ होता गया। लौकिक विद्या में तो माताजी का लिखना–पढ़ना मामूली ही हुआ। वे विद्यालय बहुत कम ही गयीं। परंतु अलौकिक विद्या में इन्होंने संयम, नियम–निष्ठा से व गृहस्थ के कार्यों को ईश्वरीय भाव से कर्मयोग बनाकर सबसे ऊँची विद्या–आत्मविद्या, ब्रह्मविद्या को भी हस्तगत कर लिया।

गुरु पर सर्वतोभाव से आत्मसमर्पण

सन् १९०९ में १२ साल १० महीने की उम्र में माताजी का विवाह हो गया। माताजी एक योग्य बहू के करने योग्य सभी काम करती थीं। माँ हररोज साधन–क्रिया नियम से करती थीं। वे दिन में गृहस्थी के सभी काम करतीं – पति की सेवा, भोजन बनाना, घर में बुहारी आदि और रात में कमरे के एक कोने में साधन करने बैठ जाती थीं। इन्हें दीक्षा के बाद ५ महीने तक

योग की क्रियाएँ स्वतः होने लगीं। ये साधारण लोगों की समझ में अनोखी थीं। तरह-तरह के आसन, मुद्रा, पूजा आदि अपने-आप हो जाते थे। उस समय की बात बताते हुए माँ कहती हैं: "तब आसन-मुद्रा होते थे। खाना-पीना गुरु की इच्छा से करती थी। स्वाद-बोध नहीं होता था। यह भाव गुरु पर निर्भर रहने से आता है।

गुरु पर सर्वतोभाव (सम्पूर्णरूप) से आत्मसमर्पण कर देना चाहिए। अपने को उनके हाथ का खिलौना समझना चाहिए। जो कुछ होना है वह गुरु की इच्छा से अपने-आप हो जायेगा।"

यौगिक क्रियाओं से अनजान परिजनों में से कुछ का कहना था कि 'यह भूत-लीला है।' कुछ लोग समझते थे कि 'यह एक रोग है।' अपनी-अपनी समझ से भोलानाथजी को किसी झाड़-फूँकवाले या अच्छे डॉक्टर को दिखाने की सलाह देते थे। भोलानाथजी ने लाचार होकर एक-दो झाड़-फूँकवालों को दिखाया लेकिन वे लोग माँ का भाव देख के 'माँ-माँ' कहते हुए इनको नमस्कार कर चलते बने।

माँ की स्वरूपनिष्ठा तथा साधना का सारसूत्र

माँ की निष्ठा ऐसी थी कि एक बार किसी संबंधी के यह पूछने पर कि "आप कौन हैं?" माँ ने गम्भीर स्वर में कहा: "पूर्ण ब्रह्म नारायण।"

आनंदमयी माँ के पास रहनेवालीं उनकी एक खास सेविका ने एक बार माँ से पूजन की आज्ञा ली। सेविका कहती हैं: "जिस दिन से मेरा माँ के चरणों पर फूल चढ़ाना (पूजन करना) शुरू हुआ, उस दिन से माँ ने मुझे और किसी देवता के चरणों में अंजलि देने को मना कर दिया। तभी से सिर्फ इन (माँ के) चरणों को छोड़कर मैं और कहीं अंजलि नहीं देती।" यह घटना भी आनंदमयी माँ की स्वरूपनिष्ठा को दर्शाती है कि स्वयं से भिन्न कोई दूसरा तत्त्व है ही नहीं। और यह एक निष्ठावान शिष्य के लिए साधना का उत्तम मार्ग भी है कि हयात ब्रह्मनिष्ठ महापुरुष को सद्गुरुरूप में पाने के बाद उसके लिए फिर और किसीकी पूजा बाकी नहीं रहती। गुरुवचन ही उसके लिए कानून हो जाता है, सब मंत्रों का मूल तथा सर्व सफलताओं को देनेवाला हो जाता है। निश्चलदासजी महाराज ने कहा है:

हरिहर आदिक जगत में पूज्य देव जो कोय ।
सद्गुरु की पूजा किये सबकी पूजा होय ।।

('विचारसागर' वेदांत ग्रंथ)

भगवान को पाने का सबसे सीधा रास्ता

माँ से यह पूछे जाने पर कि "भगवान को पाने का सबसे सीधा रास्ता कौन-सा है?" उन्होंने बताया: "गुरु जो बतावें वह ही करें। गुरु के आदेश का पालन करके चलने से भगवत्प्राप्ति होगी।"

आनंदमयी माँ को गुरुप्रदत्त साधना ने आत्मपद में जगा दिया।

हे भारत की देवियो ! अपनी महिमा को पहचानो। स्वयं हरि-गुरुभक्तिमय जीवन व्यतीत करते हुए ब्रह्मज्ञानी सद्गुरु के सत्संग आदि से अपनी संतानों में भी ऐसे दिव्य संस्कारों का सिंचन करो कि वे स्वयं को जाननेवाले, प्रभु को पानेवाले बनें। ❐

माँ सीता का वात्सल्य

(श्री सीता नवमी : ४ मई)

पिता को बेटे की भूख की उतनी चिंता नहीं होती जितनी माँ को होती है।

हनुमानजी रामजी से कभी नहीं कहते कि 'मुझे भूख लगी है।' पर जब लंका में सीताजी के पास पहुँचे तो उनके मुँह से यही निकला :

सुनहु मातु मोहि अतिसय भूखा ।

(श्री रामचरित. सुं.कां. : १६.४)

''माँ ! मुझे तो बड़ी भूख लगी हुई है। प्रभु ने तो मुझे सेवक स्वीकार किया, सेवक-धर्म का उपदेश दिया और सेवक तो सेवा में ही संलग्न रहेगा पर जब आपने पुत्र कहकर पुकारा है तो फिर माँ-बेटे के बीच में तो बस पहले खाने-पीने की ही चर्चा चलनी चाहिए। सामने फल भी लगे हैं अतः अब आज्ञा दीजिये।'' पर माँ ने तो माँ के स्वभाव का ही परिचय दिया :

सुनु सुत करहिं बिपिन रखवारी ।
परम सुभट रजनीचर भारी ।।

(श्री रामचरित. सुं.कां. : १६.४)

''यहाँ कितने बड़े-बड़े राक्षस पहरा दे रहे हैं।'' हनुमानजी सुनकर बड़े प्रसन्न हुए क्योंकि माँ ने पुत्र तो कह दिया है। वे सोच रहे थे कि 'देखें, माँ ने छोटा पुत्र माना है कि बड़ा पुत्र ?' जब माँ ने कहा : ''राक्षस पहरा दे रहे हैं।'' तो प्रसन्न हो गये कि 'चलो, माँ ने छोटा पुत्र ही माना है क्योंकि अभी-अभी अजर-अमर होने का वरदान दिया है फिर भी चिंता बनी हुई है। इतनी चिंता तो माँ छोटे पुत्र की ही करती है।'

हनुमानजी ने कहा :

तिन्ह कर भय माता मोहि नाहीं ।
जौं तुम्ह सुख मानहु मन माहीं ।।

(श्री रामचरित. सुं.कां. : १६.५)

''आपको यदि प्रसन्नता है तो मुझे इनका रंचमात्र भी भय नहीं है।''

माँ को अब दूसरी चिंता हुई। उन्होंने सोचा, 'पुत्र कह तो रहा है कि राक्षसों का भय नहीं है पर यह वाटिका तो रावण की है, मोह की है। ज्ञान की वाटिका के फल तो व्यक्ति को धन्य बनाते हैं क्योंकि उसमें तो मोक्ष के फल लगते हैं पर यह तो मोह की वाटिका है। क्या यहाँ का फल खाना उचित रहेगा ? जो मोह की वाटिका के फल खायेगा उसके जीवन में तो बड़ा अनर्थ होगा।' किंतु हनुमानजी का अभिप्राय था कि 'अगर भक्ति माता की कृपा हो जाय तो मोह की वाटिका का भी फल खाया जा सकता है।' अतः हनुमानजी कहते हैं : ''अगर आप आदेश दें तो मैं फल खा लूँ।'' हनुमानजी ने

शब्द भी कितना बढ़िया चुना –

लागि देखि सुंदर फल रूखा ।

(श्री रामचरित. सुं.कां. : १६.४)

"फल बड़े सुंदर हैं।" यह देखा भी जाता है कि मोह की वाटिका के फल बड़े सुंदर होते हैं इसीलिए वे आकर्षक होते हैं। इन्हें देखकर लोगों का मन ललच जाता है।

माँ ने कहा : "पुत्र ! खाने से पूर्व 'सुंदर' को 'मधुर' बना लो तब तुम इसे ग्रहण करो।" और साथ-साथ सुंदर को मधुर बनाने का उपाय भी माँ ने बता दिया :

रघुपति चरन हृदयँ धरि तात मधुर फल खाहु ।

(श्री रामचरित. सुं.कां. : १७)

"मोह की वाटिका के फल जब तुम भगवान को अर्पित कर दोगे, तब वे मोह के फल न रहकर प्रभु का प्रसाद हो जायेंगे और प्रभु का प्रसाद तो मधुर होता है।"

ऐसी भगवन्निष्ठ, पतिनिष्ठ सीताजी की महिमा में संत तुलसीदासजी लिखते हैं कि 'जो स्त्रियाँ सीताजी के नाम का सुमिरन करती हैं, वे पतिव्रता हो जाती हैं।'

हनुमानजी प्रसन्न हो गये कि 'माँ कितनी वात्सल्यमयी हैं !' हनुमानजी फल खाते हैं, आनंदित होते हैं पर उन्होंने फल खाने के साथ-साथ बाग को उजाड़ दिया, राक्षसों को मारा तथा लंका को जला दिया। लौटने पर बंदरों ने पूछा : "आपने माँ से आज्ञा तो केवल फल खाने की ली थी, बाग उजाड़ने, राक्षसों को मारने तथा लंका को जलाने की आज्ञा तो ली नहीं थी फिर ये तीनों काम आपने किसकी आज्ञा से किये ?"

हनुमानजी ने कहा : "मैंने आज्ञा तो केवल फल खाने की ही ली थी पर शेष तीनों काम तो फल खाने का फल थे।" अभिप्राय है कि भक्तिदेवी की कृपा का फल खाने के बाद भी अगर मोह की वाटिका न उजड़े, दुर्गुणों के राक्षसों का विनाश न हो और स्वार्थयुक्त प्रवृत्ति की लंका न जले तो माँ की कृपा किस काम की ? वस्तुतः भक्ति की कृपा के फल का रसास्वादन करने के बाद व्यक्ति के जीवन का मोह विनष्ट हो जाता है, दुर्गुण नष्ट हो जाते हैं तथा स्वार्थ-प्रवृत्ति की मोहमयी लंका भी जलकर राख हो जाती है। ❒

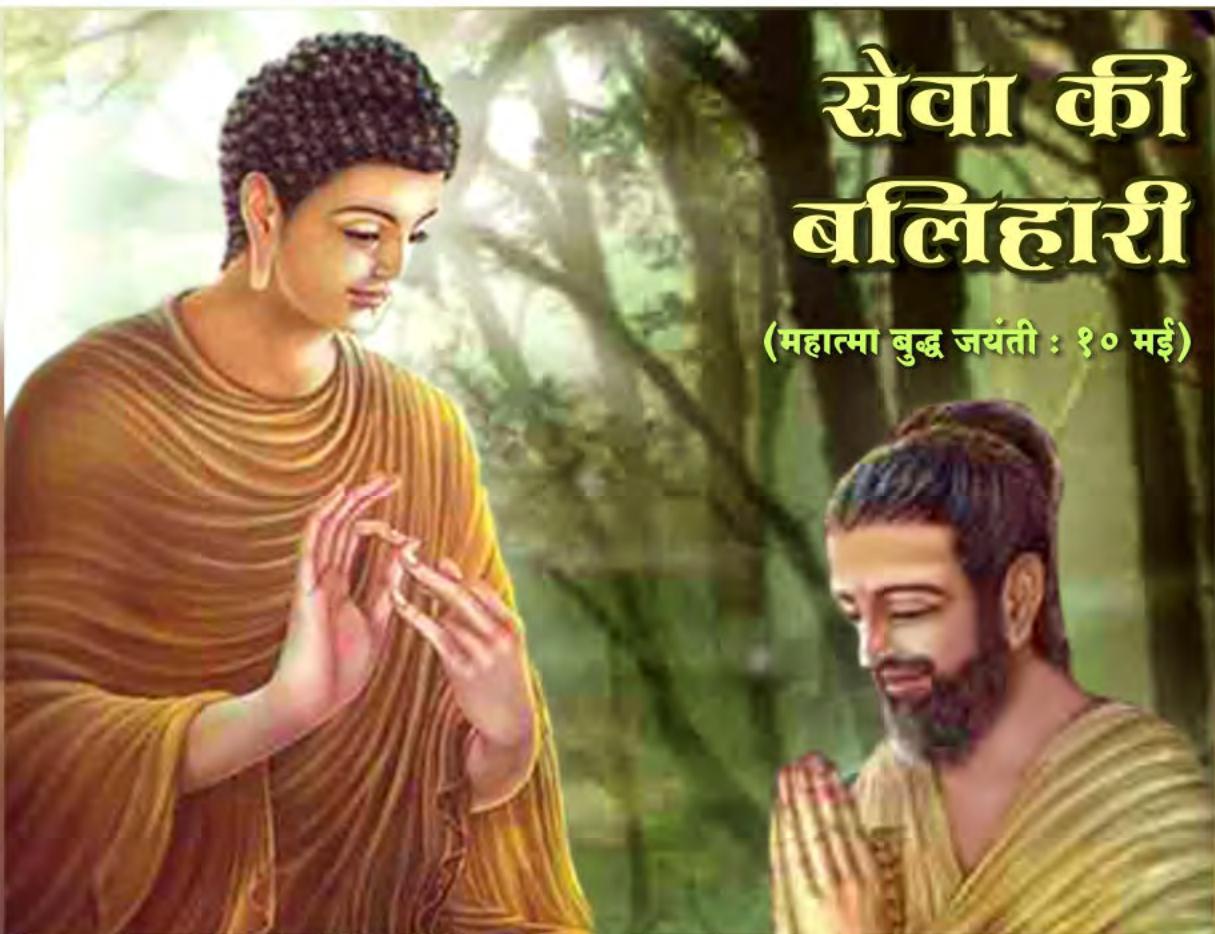
(पृष्ठ १४ का शेष) स्वीकार कर लिया और उन्हें विधिवत् संन्यास की दीक्षा दी। वे गुरुचरणों में रहकर ब्रह्मसूत्र, महावाक्य चतुष्टय आदि की गहन शिक्षा लेने लगे।

एक बार नर्मदा नदी में बाढ़ आ गयी। नदी का पानी बढ़कर गुरु गोविंदपादाचार्यजी की गुफा तक पहुँच गया। वे ध्यान में लीन थे। उन्हें किसी प्रकार का विक्षेप न हो इसलिए संन्यासी शंकर सेवा में तल्लीन थे। पानी बड़ी तेजी से बढ़ रहा था। परिस्थिति बड़ी विकट थी पर शंकर की गुरुभक्ति

व सेवानिष्ठा भी अटूट थी। शंकर ने उठाया अपना कमंडल और गुफा के द्वार पर रख दिया। बस, नर्मदा की बाढ़ उसी कमंडल में अंतर्लीन हो गयी। शंकर का समर्पण और ब्रह्मज्ञान पाने की तड़प देखकर गुरुदेव का हृदय छलक पड़ा और गुरुकृपा ने शंकर को 'स्व'स्वरूप, ब्रह्मस्वरूप में स्थित कर दिया।

इन्हीं शंकराचार्यजी ने अद्वैत वेदांत का प्रचार कर भारतीय संस्कृति की धारा में प्रविष्ट हो चुके पलायनवाद, दुःखवाद, भेद-दर्शन, भ्रष्टाचार आदि दोषों को हटाया था। ❒

(पृष्ठ १३ का शेष) खाना देना भी धर्म समझना चाहिए।

अंत में मेरा आपको यही कहना है कि माता-पिता व गुरु की सेवा करते रहें। यह धर्म है। गरीबों व दुःखियों की सेवा करते रहें परंतु उसके साथ-साथ प्रभु का स्मरण भी करते रहें। जिसने पैदा किया है उस प्रभु का स्मरण अवश्य करना चाहिए क्योंकि वह सुखों का दाता है। ❒

सेवा की बलिहारी

(महात्मा बुद्ध जयंती : १० मई)

महात्मा बुद्ध अपने शिष्यों को ध्यान-अभ्यास बताते थे। किसीका २० साल के अभ्यास से ध्यान सधा तो किसीका ४० साल के अभ्यास से। किसीका ५० वर्ष के अभ्यास से भी ध्यान नहीं सधा और किसीने युवावस्था में ध्यान शुरू किया और वृद्धावस्था तक भी ध्यान नहीं सधा।

महात्मा बुद्ध के निजी शिष्य थे आनंद। उन्होंने ध्यान के बारे में कभी बुद्ध से पूछा भी नहीं और बुद्ध ने उन्हें कभी बताया भी नहीं। आनंद बुद्ध को प्राणों से भी अधिक प्यार करते थे। रात-दिन उनकी सेवा में लगे रहते। एक बार आनंद के एक साथी ने उनसे कहा : ''अब मुझे ध्यान की गहराइयों की अनुभूति हो रही है। अब चित्त बिल्कुल शांत हो गया है। इसकी प्राप्ति के लिए मुझे ८० साल लगे।''

आनंद ने यह बात सुनी तो उन्हें लगा कि 'अभी तक तो मुझे ऐसी अवस्था की प्राप्ति हुई ही नहीं !'

आनंद ने अपने मन की बात बुद्ध को कही तो वे बोले : ''ध्यान तो तुम्हारे लिए चुटकी बजाने जितना सरल है।''

बुद्ध ने आनंद को ध्यानाभ्यास बताया और तीसरे दिन आनंद ध्यान में डूब गये, समाधि में खो गये।

आनंद ने कहा : ''भंते ! क्या कारण है कि मैं वर्षों के बजाय ३ दिन में ही उस स्थिति को प्राप्त हो गया हूँ ?''

बुद्ध हँसे, बोले : ''वत्स ! जो बिना सेवा के केवल ध्यान के द्वारा ही अंतःकरण को शुद्ध करना चाहते हैं उनके लिए यह एक बहुत लम्बी यात्रा है। सेवा के द्वारा तुम्हारा अंतःकरण इतना अधिक निर्मल और पावन हो चुका है कि अब तुम्हारे लिए ध्यान और समाधि बहुत ही आसान हो गये हैं।'' ❐

हे विद्यार्थियो ! तुम किस ओर जा रहे हो ?

कोई भी मनुष्य सभी अंशों में पूर्ण पापी नहीं हो सकता। कुछ-न-कुछ पुण्य का अंश तो रहता ही है। उसी पुण्य के अंश से आप अपने हित के लिए आध्यात्मिक चर्चा सुनते हो, इस प्रकार की पुस्तकें पढ़ते हो और किसी पाप के प्रभाव से सुनते हुए, पढ़ते हुए भी आचरण में नहीं ला पाते हो। यदि आप दृढ़ संकल्प कर लो तब सदाचार के पालन में और दुराचार के त्याग में आपको कोई दूसरा रोकनेवाला नहीं है। आप अपने द्वारा बढ़ाये हुए (गलत) अभ्यास की दासता (गुलामी) से बँधे हो लेकिन इस प्रकार के (गलत) अभ्यास को विपरीत अच्छे अभ्यास से हटा सकते हो।

सुंदर देना सीखो

जब आप दूसरों से सम्मान चाहते हो, प्यार, प्रेमपूर्वक व्यवहार अथवा कोई प्रिय वस्तु चाहते हो तब आप दूसरों को उनके अनुकूल सम्मान तथा अधिकार, प्यार अथवा प्रिय वस्तु देने के अवसर पकड़ते रहो। जो आप दे सकते हो वह देते रहो तभी दूसरों से पा सकोगे।

कुछ ऐसे भी दीन, दरिद्र व्यक्ति होते हैं जिनके पास देने के लिए सुंदर वस्तु तथा मधुर वाणी द्वारा सुंदर प्यार के या सम्मान के शब्द होते ही नहीं। ऐसे व्यक्ति पुण्यहीन हैं। कुछ पुण्यवान आरम्भ से ही प्रेमभाव के धनी होते हैं। देने का जिनका सुंदर भाव या स्वभाव होता है उनके पास देने के लिए बहुत कुछ होता है और वे देते ही रहते हैं। कोई तो सदा शुभ, सुंदर, प्रिय के ही दानी होते हैं और कोई अशुभ, असुंदर को ही फेंकते हुए दूसरों को चोट पहुँचाते हैं।

एक संत को एक विरोधी व्यक्ति गालियाँ देने लगा पर संत कुछ न बोले, खड़े रहे। तब उसने थूक दिया। संत फिर भी न बोले। उस दुष्ट ने कहा : "तू खड़ा क्यों है ?" संत ने कहा : "मेरे हिस्से का और भी जो कुछ देना शेष है वह भी दे दो जिससे आगे देने को बाकी न रहे, इसी प्रतीक्षा में खड़ा हूँ।"

कोई संत कभी सह के दूसरे की बुराई खत्म करते हैं तो कभी डाँट के उसके दोषों को भगा देते हैं और उसे पवित्र बनाते हैं। कितने दयालु होते हैं संतजन! अशुभ, अप्रिय, अपवित्र देना पाप है। शुभ, सुंदर, पवित्र को

[कुछ ऐसे भी दीन, दरिद्र व्यक्ति होते हैं जिनके पास देने के लिए सुंदर वस्तु तथा मधुर वाणी द्वारा सुंदर प्यार के या सम्मान के शब्द होते ही नहीं। ऐसे व्यक्ति पुण्यहीन हैं।]

पूर्वजन्म में वाणी द्वारा विनम्रतासहित मान देते हुए जितने अधिक पुण्य बन जाते हैं, उतना ही अधिक इस जन्म में सद्गुण एवं शील की अधिकता के कारण आरम्भ से ही सम्मान मिलता है।

देना सुंदर पुण्य है।

पुण्य और पाप की पहचान

आप बालक हो या युवक हो, इतने पुण्यवान तो हो ही कि इस समय ये अपने हित की बातें पढ़ रहे हो या सुन रहे हो। अब यह भी समझ लो कि आप अपने पुण्यों को सुख का उपभोग करते हुए घटा रहे हो या दूसरों की सेवा करते हुए बढ़ा रहे हो। पुण्य के योग से जिनकी बुद्धि शुद्ध है वे नीच कार्य, ओछे काम करनेवालों से अथवा श्रेष्ठ माननीय पुरुषों या किसी विद्वान से विरोध नहीं करते।

जिनकी मति मंद है अथवा जिन्हें पुण्य का ज्ञान ही नहीं है, जिन पर पाप सवार रहता है वे व्यक्ति नीति-नियम का विरोध करने में ही खपते रहते हैं। सीढ़ियों के कोनों में, दीवालों पर थूककर गंदा करते हैं। दल बनाकर टिकट लिये बिना ही रेलयात्रा करते हैं। जंजीर खींचकर जहाँ चाहते हैं वहीं उतर जाते हैं। सैकड़ों यात्रियों को कष्ट होता है परंतु पाप का अभ्यासी अहंकार, आगे मिलनेवाले प्रतिकूलता, दुःख की चिंता नहीं करता। पुण्यवान व्यक्ति आरम्भ से अर्थात् बाल्यकाल से ही वह कर्म नहीं करते जिससे दूसरों को कष्ट हो सकता है।

पुण्य के प्रताप से अच्छी मतिवाले व्यक्ति नीति-नियम के विरुद्ध काम करनेवालों को नम्रतापूर्वक रोकते हैं। यदि मूर्ख लोग नहीं मानते तब उनके द्वारा किये जा रहे अनुचित कर्म को स्वयं सँभालने (बिगड़ते हुए कार्य को बिगड़ने से बचाने व सुधारने) का प्रयत्न करते हैं। जिन बातों में समय व्यर्थ जाय, खर्च की अधिकता से खर्च देनेवालों को कष्ट हो, साथ ही पढ़ाने के लिए धन की आय कम होने से रिश्वत लेनी पड़ती हो या कर्ज लेना पड़े तब तो विद्यार्थी के लिए पाप है।

अपनी आवश्यकताएँ बहुत कम रखना, कम खर्च में निर्वाह करना, सादे वस्त्र पहनना, वस्त्र तथा रहने का स्थान साफ रखना, शुद्ध, सतोगुणी भोजन करना, ईश्वर पर विश्वास रखना पुण्यवान विद्यार्थी के सुलक्षण होते हैं।

पूर्व के जन्म में तन से सेवा करते हुए जितने अधिक पुण्य बन जाते हैं, अगले जन्म में उतना ही अधिक बलवान शरीर मिलता है। पूर्वजन्म में वाणी द्वारा विनम्रतासहित मान देते हुए जितने अधिक पुण्य बन जाते हैं, उतना ही अधिक इस जन्म में सद्गुण एवं शील की अधिकता के कारण आरम्भ से ही सम्मान मिलता है। पूर्वजन्म में जितना अधिक मानसहित दान करने से पुण्य बढ़ते हैं उसके फल से इस जन्म में धन और सुंदर रूप मिलता है।

सत्शिक्षा से विमुख और कुशिक्षा से प्रेरित हुए जो विद्यार्थी किसी वस्तु का मूल्य न देकर उसे छीन लेते हैं, जो टिकट न ले के यात्रा करते हैं वे पाप कमाते हैं। उन्हें कभी-न-कभी कई गुना बढ़कर हानि का दुःख भोगना पड़ता है। जो पुण्यहीन विद्यार्थी सत्शिक्षा न मानकर कुसंग के प्रभाव से दुर्व्यसनी, विलासी बन जाता है वह गलत सोचवाला, बुरी नजर से देखनेवाला अपना पाप बढ़ाता है।

जो अपने संग के प्रभाव से दुराचारी, दुर्व्यसनी को सदाचारी, संयमी बना लेता है वह पुण्य का भागीदार होता है। किसी विद्यार्थी का अध्ययन **(शेष पृष्ठ २८ पर)**

'दीदार की उम्मीद में साँस अभी चल रही है !'

एक दरवेश (सूफी संत) हो गये हैं शाह अब्दुल लतीफ। वे बचपन में ही अपनी उम्र के आम बच्चों से अलग तथा एकांतप्रिय थे। वे अक्सर चुपचाप घर से बाहर निकल जाते और घंटों तक जंगलों, निर्जन स्थानों में घूमते रहते और सूफी दरवेशों के सिंधी कलाम गाते या ध्यान में बैठे रहते थे।

एक बार वे मरुभूमि के एक रेतीले स्थान पर ३ दिन तक ध्यान में खोये रहे। तेज हवा के कारण उनका सारा शरीर रेत से ढँक गया। खुशकिस्मती से उनकी चादर का कुछ हिस्सा रेत से बाहर रह गया, जिसे देखकर उनकी तलाश में भटक रहे उनके पिता ने एक चरवाहे की मदद से उन्हें बाहर निकाला। बेटे को बेसुध देखकर पिता के मुँह से अकस्मात् ये दर्दभरे शब्द निकल पड़े :

लगी लगी वाउ वया अंगड़ा लटिजी.

अर्थात् हवा लग-लगकर सारे अंग धूल हो गये हैं।

पिता की पीड़ा समझ लतीफ एकदम से बोल पड़े :

पेई खणे पसाह, पसण कारण पिरींअ जे.

अर्थात् महबूब के दीदार की उम्मीद में साँस अभी चल रही है।

लतीफ की बचपन से ही कैसी गजब की तड़प थी परमात्मप्राप्ति की, जिसमें उन्हें अपने शरीर की सुध भी नहीं रहती थी !

लतीफ को संतों के संग में भी खूब रुचि थी। जब वे १३-१४ वर्ष के थे तभी उनका अनुराग उस समय के सूफी संत शाह इनायत से हो गया था, जो अंत समय तक रहा। शाह इनायत लतीफ को बहुत प्यार करते थे। लतीफ का भी उनकी तरफ इतना झुकाव था कि उनसे मिलने के लिए वे १५ मील का सफर पैदल ही तय करते थे।

एक बार लतीफ अपने गाँव की ओर लौट रहे थे। रास्ते में एक ऊँटसवार मिला जो विरह तथा पीड़ा भरे स्वर में खुदा के लिए एक पंक्ति गा रहा था, जिसका अर्थ था : 'अब मैं अपने प्रीतम की तरफ बाकी का सफर अकेला ही तय करूँगा।'

लतीफ ने पूछा : ''कहाँ से सुनी यह ?''

ऊँटवाला : ''एक बार रास्ते में किसी फकीर से सुनी थी। जब से यह पंक्ति सुनी है, मेरी रूह बेचैन है और मैं बार-बार यह दोहराता रहता हूँ।'' यह पंक्ति वास्तव में शाह लतीफ के कलाम की थी। लतीफ ने ऊँटवाले को इससे आगे की पंक्तियाँ भी सुनायीं। उनको सुनते ही उस ऊँटसवार पर खुदा की मस्ती छा गयी। वह एकदम से नीचे गिर गया और उसके वहीं प्राण छूट गये।

(शेष पृष्ठ ३९ पर)

अष्टावक्र गीता

(गतांक से आगे)

श्री अष्टावक्र गीता पर पूज्य बापूजी के अमृतवचन

भगवान श्रीकृष्ण बड़ी सूक्ष्म बात कह रहे हैं कि 'यह जो मैं आत्मा हूँ, वह सब रूपों में हूँ तो वह आत्मा की सत्ता से।' एक और ऊँची बात समझ लेनी है कि जड़ में क्रिया करने की शक्ति नहीं और चेतन सदा निष्क्रिय है।

पृथ्वी-तत्त्व में काम ढूँढ़ो तो नहीं मिलेगा, जल-तत्त्व में कोई विकार ढूँढ़ो तो नहीं मिलेगा। तो यह जो हमारा शरीर है वह पृथ्वी, जल, तेज, वायु और आकाश तत्त्वों का रूपांतर ही तो है। पाँच भूत इसका कारण हैं और यह उनका कार्य है। और कार्य बिना कारण के रह भी नहीं सकता। जैसे कपड़े में रूई कारण है और कपड़ा उसका कार्य है। कपड़े से रूई निकाल दो तो कपड़ा नहीं बचेगा। तो अभी भी कपड़ा रूई का ही तो रूपांतरण है। ऐसे ही इस शरीर से पाँच भूत निकाल दो तो शरीर नहीं बचेगा। शरीर न भी बचे फिर भी 'मैं' बचता हूँ। हजारों-हजारों शरीर चले गये लेकिन 'मैं' नहीं गया। जो नहीं मरता उसका नाम है अमर आत्मा। हम हैं अमर परंतु मरणधर्मा, पंचभौतिक शरीर के साथ हमारा तादात्म्य हो गया, अन्योन्य अध्यास[1] हो गया। ...तो शरीर के सुख में हम सुखी, शरीर के दुःख में हम दुःखी, शरीर के मोटेपन में हम मोटे, शरीर के छोटेपन में हम छोटे, शरीर के गोरे या कालेपन में हम गोरे या काले – यह भ्रांति जब तक रहेगी तब तक कितने ही यज्ञ करो, कितने ही तप करो, माला घुमाओ फिर भी पूर्ण मुक्ति नहीं होगी। ॐ... ॐ... ॐ...

हाँ, माला घुमाते-घुमाते शायद सत्संग में रुचि हो जाय, जप-तप करते-करते शायद खोज की एक चिनगारी मिल जाय। ये अवांतर (गौण) साधन हैं पर प्रत्यक्ष साधन तो यह आत्मज्ञान है।

एषां साक्षिणमात्मानं चिद्रूपं विद्धि मुक्तये ।
(अष्टावक्र गीता : १.३)

...उस चिद्रूप को जानकर तू मुक्त हो जा। हो जा अजर, हो जा अमर।

चेतन आत्मा तो निष्क्रिय है और जड़ पाँच भूतों में क्रिया करने का सामर्थ्य नहीं है। शरीर जड़ है और आत्मा चेतन है। चेतन में क्रिया नहीं और जड़ में सामर्थ्य नहीं। तो फिर यह सब कैसे हो रहा है ?

जैसे लौहचुम्बक अपनी जगह पर होते हुए भी उसका प्रभाव लोहे के कणों पर पड़ता है, ऐसे ही चैतन्य अपनी महिमा में ज्यों-का-त्यों वहीं है। चैतन्य से जड़ में क्रिया करने का, स्पंदन करने का सामर्थ्य आ जाता है। और जड़ उसे बोलते हैं जो घनीभूत चीज हो। घनीभूत का नाम जड़ है और सूक्ष्म का नाम चेतन है। है एक ही तत्त्व। ...तो तू पृथ्वी, जल, तेज, वायु, आकाश नहीं है, तू चिद्रूप है। उसे जानकर सुखी हो जा। (क्रमशः) ❐

---

१. अंतःकरण जड़ है पर आत्मा की चेतनता के अध्यास से अपने को चेतन मानता है और आत्मा अकर्ता, अभोक्ता है पर कर्ता, भोक्ता अंतःकरण के अध्यास से अपने को कर्ता, भोक्ता मानता है। यह है अन्योन्य अध्यास। जैसे अग्नि का गुण है जलाना और लोहे के गोले का गुण है गोल आकार। जब लोहे के गोले को तपाते हैं, तब लोहा अग्नि के अध्यास से जलानेवाला हो जाता है और निराकार अग्नि लोहे के अध्यास से गोलाकार भासती है।

लोक-कल्याण की मूर्ति
देवर्षि नारदजी

- पूज्य बापूजी

देवर्षि नारदजी जयंती : ११ मई

कोई झगड़ालू, लड़ाकू होता है तो कुछ लोग नासमझी से कह देते हैं कि 'यह तो नारद है।' अरे, नारद ऋषि को तुम ऐसी नीची नजर से क्यों देखते हो ? इससे नारदजी का अपमान करने का पाप लगता है।

नारदजी भक्ति के आचार्य हैं। वेद, उपनिषद् के मर्मज्ञ, मेधावी, सत्यभाषी, त्रिकालदर्शी और नीतिज्ञ हैं। इतिहास तथा पुराणों में विशेष गति-प्रीतिवाले हैं। कठोर तपस्वी, मंत्रवेत्ता हैं। 'नारदभक्तिसूत्र' के रचयिता तथा प्रभावशाली वक्ता हैं। व्याकरण, आयुर्वेद और ज्योतिष के प्रकांड विद्वान, कवि हैं। देवता तो पूज्य हैं, प्रभावशाली हैं पर नारदजी देवताओं के भी पूजनीय हैं। इन्द्र भी उनका आदर करते हैं। गुरु बृहस्पति का भी शंका-समाधान करनेवाले तथा योगबल से लोक-लोकांतर का समाचार जानने में सक्षम हैं। पाँचों विकारों और छठे मन के दोषों पर विजय पाने की प्रेरणा देनेवाले हैं।

नारदजी सभी जातियों का भला करने में पीछे नहीं हटते, वे देवताओं और दैत्यों का भी मंगल करते हैं। वे अपने स्वार्थ का कभी सोचते भी नहीं। वे हमेशा सर्वजनसुखाय, सर्वजनहिताय और सारगर्भित बोलते हैं।

नारदजी धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष के यथार्थ ज्ञाता हैं। समस्त शास्त्रों में प्रवीण, सर्व विद्याओं में निपुण, सर्वहितकारी नजरिये के धनी हैं। सद्‌गुणों का आधार, परम तेजस्वी, देवताओं और दैत्यों को उपदेश देने में समर्थ हैं। न्याय-धर्म का तत्त्व न जाननेवाले राजा-महाराजाओं, जति-जोगियों को अपना सुहृद बनाकर उन्हें भी उपदेश दे के सजग करनेवाले हैं।

नारदजी जहाँ देखते हैं कि संधि से या विग्रह के बिना काम नहीं होगा, वहीं झगड़ा कराते हैं। और कलह भी करेंगे-करवायेंगे तो उसके पीछे भी उनका उद्देश्य क्रांति से शांति होता है। दोनों पक्षों का मंगल हो यह उनका नजरिया होता है। नर-नारी के अयन 'नारायण' से जो मिलने की प्रेरणा दें वे 'नारद' हैं।

वेदव्यासजी जैसे महापुरुष को श्रीमद्‌भागवत की रचना की प्रेरणा देनेवाले और वाल्मीकि ऋषि को श्रीरामजी के चरित्र सुनानेवाले थे देवर्षि नारद। तीनों लोकों में, लोक-लोकांतर में भी जाने में समर्थ हैं और सब कुछ करते-कराते भी सर्व से असंग आत्मा को जानने-पाने में भी समर्थ रहे हैं।

ताना मारकर भी किसीका मंगल होता है

तो भी कर देते थे। किसीको आशीर्वाद देकर उसका मंगल होता है तो वैसा कर देते हैं और किसीका संगठन, विद्रोह या विग्रह से मंगल होता है तो उनके द्वारा भी मंगल करते हैं मंगलमूर्ति नारदजी।

कंस को ऐसा भ्रमित किया कि 'क्या पता, देवकी की कौन-सी संतान आठवीं होगी!' ऐसा करके जल्दी-जल्दी उसका पाप का घड़ा भरवाकर भी पृथ्वी पर शांति लानेवाले थे नारदजी! और दैत्यों को भी अलग-अलग प्रेरणा देकर उनकी दैत्य-वृत्तियों से उन्हें उपराम करानेवाले भी थे।

देवर्षि नारदजी ने मीडियावालों का भी मंगल चाहा है। वे कहते हैं कि पत्रकारिता में इस प्रकार की मानसिकता होनी चाहिए कि समाज में सत्य, अहिंसा, संवेदनशीलता, परस्पर भाईचारा, विश्वास फैले। स्नेह और सौहार्द बढ़े, सदाचार तथा शिष्टाचार में लोगों की रुचि हो। नकारात्मक, द्वेषात्मक खबरों को नहीं फैलाना चाहिए। घृणात्मक विचारों को महत्त्व न दें न फैलायें। राग-द्वेष, ईर्ष्या, जलन से रहित, तटस्थ पत्रकारिता आदर्श मानी जाती है।

नारदजी कहते हैं: 'अपने धर्म में मर जाना अच्छा है, परधर्म भयावह है।' सैनिक का धर्म है सीमाओं की रक्षा करना और वहाँ से वह भागता है तो धर्मच्युत है, भीरु है, वह दंड का पात्र है लेकिन व्यापारी, हकीम, डॉक्टर आदि सभी लोग युद्ध करने चले जायें, जिससे देश पर और आपत्ति आये तो वे भी सभी अपने-अपने धर्म से च्युत हो जायेंगे। शिक्षक चले जायें तो आनेवाली पीढ़ी विद्याशून्य हो जायेगी। किसान चले जायेंगे तो सैनिकों को अनाज कौन पहुँचायेगा? तो किसान अपनी काश्तकारी (खेती-बाड़ी) का धर्म निभायें और वकील, डॉक्टर अपना धर्म निभायें, उपदेशक, विद्वान अपना धर्म निभायें और सभीके धर्मों के पीछे सार यह है कि परमात्मा में, समत्व में रहें और संसार के साधनों का ईश्वर की प्रीति के लिए सदुपयोग करें।

नारदजी सभी विषयों में, सभी क्षेत्रों में और सभी जातियों का भला करने में पीछे नहीं हटे। उन्होंने क्या-क्या कहा है इसका विचार करते ही हृदय द्रवीभूत हो जाता है, अहोभाव से भर जाता है। ऐसे मंगलमूर्ति महापुरुष नारदजी का भगवान भी आदर करते हैं।

नारदजी की जयंती के दिन नारदजी के चरणों में प्रणाम हैं, भगवान वेदव्यासजी, परम पूज्य लीलाशाहजी बापू जैसे ब्रह्मवेत्ता संतों के चरणों में प्रणाम हैं! और भी महापुरुष, जिनके नाम हम नहीं जानते, जो हरि के प्यारे हैं, जगत, हरि और अपने स्वरूप को ब्रह्मरूप से जानकर अद्वैत स्वरूप में एकाकार हो गये हैं, उनको हम नमन करते हैं।

(पृष्ठ २४ का शेष) छुड़ाकर उसे खेल-तमाशों में, सिनेमा में ले जाना पाप है और व्यर्थ के खेल-तमाशों तथा सिनेमा से रोक के अध्ययन में लगाना पुण्य है। किसीको पतन करनेवाले कर्म के लिए प्रेरित करना पाप है। किसी शुभ कार्य के लिए प्रेरित करना पुण्य है। जब आपके मन में दूसरों के पास कोई भी वस्तु देखकर उसे लेने का लालच लग रहा हो या ईर्ष्या, डाह (जलन) पैदा हो रही हो, तब आपको याद आ जाना चाहिए कि 'यह पाप की वृत्ति है, यही कुशिक्षा तथा कुसंगति का प्रभाव है।'

जब कभी लोभ जागृत हो रहा हो या किसीके रूप को देखकर कामवासना जागृत हो रही हो अथवा किसी प्रकार की प्रतिकूलता में क्रोध उत्तेजित हो रहा हो, किसीके प्रति दुष्ट भाव जागृत हो रहा हो, किसीका अनिष्ट चिंतन चलने लगा हो, किसीकी निंदा होने लगी हो, उसी समय आपको स्मरण आ जाय कि 'पाप का आक्रमण है' और उसी क्षण आप उस पापवृत्ति को देखते हुए उसके पीछे समय तथा शक्ति का दुरुपयोग न होने दो तभी आप पाप-पोषण से बचकर उसी शक्ति से पुण्य का पोषण कर सकते हो। ❐

चुनिये शास्त्रों के मोती

'महाभारत' के वन पर्व में वर्णित यक्ष-युधिष्ठिर संवाद पर आधारित नीचे दिये गये प्रश्नों के उत्तर वर्ग-पहेली में ढूँढ़िये।

(१) सूर्य किसमें प्रतिष्ठित है ?

(२) लोक में श्रेष्ठ धर्म क्या है ?

(३) धर्म का मुख्य स्थान क्या है ?

(४) सुख का मुख्य स्थान क्या है ?

(५) नित्य फल देनेवाला धर्म क्या है ?

(६) सुखों में उत्तम सुख क्या है ?

(७) सूर्य को कौन ऊपर उठाता (उदित करता) है ? **(उत्तर इसी अंक में)**

ब्र	ढ	द	ख	म	न	आ	स	ल	ध
उ	ह्म	न	ओ	च	ष	त्म	स	मो	म
त्त	श	द्य	झ	म	त	सं	क्ष	त्य	शा
स	न	न	द	हा	प	तो	श्र	र	वा
त्पु	त	य	या	व	ल	ष	द	म	स्यो
रु	ओ	अ	स	र	त	र	थ	क्ष	प
ष	ध	रा	शी	त	म	शा	ए	ठ	ता
त	आ	य	ण	ल	द	म	न	ञ	ष
ढ	आ	र	स	छ	फ	ड़	ई	ज्ञा	द्
ख	भा	वे	दो	क्त	ध	र्म	ण	म	ल

मत सत्य सें तू डिग कभी

जो जो करे तू कार्य कर, सब शांत होकर धैर्य से ।
उत्साह से अनुराग से, मन शुद्ध से बल वीर्य से ।।
जो कार्य हो जिस काल का, कर तू समय पर ही उसे ।
दे मत बिगड़ने कार्य कोई, मूर्खता आलस्य से ।।
दे ध्यान पूरा कार्य में, मत दूसरे में ध्यान दे ।
कर तू नियम से कार्य सब, खाली समय मत जान दे ।।

(आश्रम से प्रकाशित पुस्तिका 'आत्मगुंजन' से)

सर्वरोगहारी निम्ब (नीम) सप्तमी

(निम्ब सप्तमी : २ मई)

'भविष्य पुराण' के ब्राह्म पर्व में मुनि सुमंतुजी राजा शतानीक को निम्ब सप्तमी (वैशाख शुक्ल सप्तमी) की महिमा बताते हुए कहते हैं : ''इस दिन निम्ब-पत्र का सेवन किया जाता है। यह सप्तमी सभी तरह से व्याधियों को हरनेवाली है। इस दिन भगवान सूर्य का ध्यान कर उनकी पूजा करनी चाहिए। सूर्यदेव की प्रसन्नता के लिए नैवेद्य के रूप में गुड़ोदक (गुड़-मिश्रित जल) समर्पित करे फिर निम्न मंत्र द्वारा निम्ब की प्रार्थना करे व भगवान सूर्य को निवेदित करके १०-१५ कोमल पत्ते प्राशन (ग्रहण) करे :

त्वं निम्ब कटुकात्मासि आदित्यनिलयस्तथा ।
सर्वरोगहरः शान्तो भव मे प्राशनं सदा ।।

'हे निम्ब ! तुम भगवान सूर्य के आश्रय स्थान हो। तुम कटु स्वभाववाले हो। तुम्हारे भक्षण करने से मेरे सभी रोग सदा के लिए नष्ट हो जायें और तुम मेरे लिए शांतस्वरूप हो जाओ।'

इस मंत्र से निम्ब का प्राशन करके भगवान सूर्य के समक्ष पृथ्वी पर आसन बिछाकर बैठ के सूर्यमंत्र का जप करे। भगवान सूर्य का मूल मंत्र है : **'ॐ खखोल्काय नमः।'** सूर्य का गायत्री मंत्र है : **'ॐ आदित्याय विद्महे विश्वभागाय धीमहि। तन्नः सूर्यः प्रचोदयात्।'**

इसके बाद मौन रहकर बिना नमक का मधुर भोजन करे।'' ❐

१० वर्ष की नन्ही उम्र में जीते ४ पदक

मेरी पुत्री आसावरी चौथी कक्षा में पढ़ती है। जब वह पेट में थी उन दिनों मैं रोज श्री आशारामायणजी, विष्णुसहस्रनाम, गुरुगीता, ज्ञानेश्वरी गीता आदि सत्शास्त्रों का पाठ विशेष रूप से करती थी। नियम से जप-ध्यान करती थी। पूज्य बापूजी कहते हैं कि 'गर्भस्थ शिशु पर माँ के क्रियाकलापों का असर पड़ता है।' यह मैंने प्रत्यक्ष देखा। हमने उसको बचपन से वे ही संस्कार दिये जो हमें बापूजी से मिले हैं। वह प्रतिदिन नियम से 'हरि ॐ', 'ॐ' आदि मंत्रों का जप करती है। उसे हमेशा बापूजी की कृपा का अनुभव होता है। जब वह दूसरी कक्षा में थी, तब उसे इंग्लिश ओलिम्पियाड में रजत पदक तथा गणित ओलिम्पियाड में कांस्य पदक मिला। तीसरी व चौथी- दोनों कक्षाओं में स्कूल स्तर पर इंग्लिश मैराथन में स्वर्ण पदक मिले। यह सब मंत्रजप और पूज्य बापूजी की कृपा से सम्भव हुआ है।

एक बार वह गिर गयी और घुटने से खून बह रहा था पर उसके चेहरे पर शिकन तक नहीं थी। मैंने पूछा: ''बेटी! तुझे दर्द नहीं हो रहा है ?''

वह बोली: ''माँ! बापूजी बोलते हैं, 'हम शरीर नहीं हैं, हम तो आत्मा हैं।''

अभी तक उसने दीक्षा नहीं ली है पर हमेशा खेलते-कूदते समय भी 'बापू-बापू', कभी 'हरि ॐ- हरि ॐ' बोलती रहती है। वह कहती है: ''मुझे ऐसा लगता है कि हर समय मेरे प्यारे बापूजी मेरे साथ हैं।''

- रेणुका हरणे, पुणे (महा.)

सचल दूरभाष : ९३७३२९८३९८

गुरुमंत्र व सत्संग से जीवन ने ली करवट

मैं कुसंग में फँस गया था और अंडा, मांस आदि का सेवन भी करने लगा था। फलतः पढ़ाई का स्तर इतना गिर गया कि १२वीं कक्षा में फेल हो गया। २००५ में बापूजी का वाराणसी आगमन हुआ तो माता-पिता के साथ मैंने भी दीक्षा ले ली।

पूज्य बापूजी के सत्संग व गुरुदेव से मिले मंत्र के प्रभाव से मेरे जीवन ने करवट ली और हलकी आदतें छूटती गयीं, सद्गुण आने लगे। परीक्षा-परिणाम भी अच्छे आने लगे। आज मैं एक सॉफ्टवेयर इंजीनियर हूँ और करीब ९० हजार रुपये महीने वेतन पाता हूँ। यह सब पूज्य बापूजी की कृपा का फल है। यदि मुझे बापूजी का सत्संग व दीक्षा नहीं मिलते तो मेरे जीवन की आर्थिक, नैतिक व आध्यात्मिक स्थिति बहुत ही बदतर हो जाती।

- प्राञ्जल कुमार राय,
नगसर, जि. गाजीपुर (उ.प्र.)
सचल दूरभाष : ७८३८६९७९२१

वर्ग-पहेली 'चुनिये शास्त्रों के मोती' के उत्तर

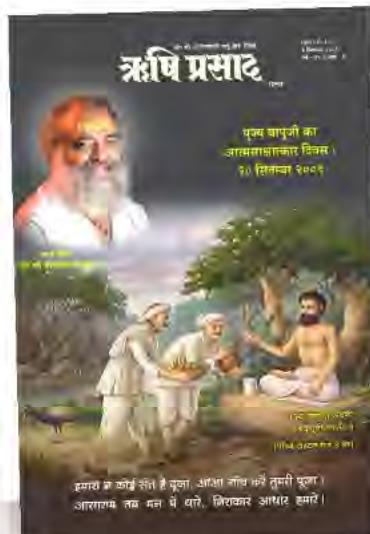
(१) सत्य (२) दया (३) दक्षता
(४) शील (५) वेदोक्त धर्म
(६) आत्मसंतोष (७) ब्रह्म

स्वाध्याय व उसकी आवश्यकता

क्या है स्वाध्याय ?

आत्मसाक्षात्कारी ज्ञानीजनों द्वारा रचित आध्यात्मिक शास्त्रों एवं पुस्तकों का अध्ययन 'स्वाध्याय' कहलाता है। पवित्र ग्रंथों का दैनिक पारायण स्वाध्याय है। यह राजयोग के नियम का चौथा अंग है। आत्मस्वरूप के विश्लेषण को या 'मैं कौन हूँ ?' के ज्ञान को ही स्वाध्याय की संज्ञा दी जाती है। किसी भी मंत्र के सस्वर पाठ को भी स्वाध्याय ही कहा जाता है। सत्संग-शास्त्रों के अध्ययन को भी स्वाध्याय कहते हैं। इनका पारायण ध्यानपूर्वक होना चाहिए। जो पढ़ें उसे समझें और जो समझे हों उसका मनन करके शांत होते जायें तो फिर निदिध्यासन बन जाता है और आप आत्मसाक्षात्कार के करीब हो जाते हैं। स्वाध्याय में मंत्रजप भी आ जाता है। प्रतिदिन स्वाध्याय और उसका दैनिक जीवन में अभ्यास करने से आपको यह भगवान से मिला देगा।

क्यों जरूरी है स्वाध्याय ?

मन को आदर्श (उच्च सिद्धांत) के प्रति सचेत रखने का प्रभावशाली उपाय शास्त्रों तथा संतों की जीवनियों का दैनिक अध्ययन करने में निहित है। ऐसे अध्ययन से मन में प्रभावशाली स्वीकारात्मक विचार उभरते हैं, जो मानसिक शक्ति को तीव्र करते हैं। वे तुरंत प्रेरणा प्रदान कर मनुष्य को अधोगति से बचा लेते हैं। अतः स्वाध्याय तो साधक को जीवन में एक दिन के लिए भी नहीं छोड़ना चाहिए।

स्वाध्याय प्रेरणादायक होकर मन को आध्यात्मिक ऊँचाइयों तक ले जाता है और संशय-निवारक होता है। यह अपवित्र विचारों का उन्मूलन कर देता है। यह मन के लिए नयी आध्यात्मिक रूढ़ियों (उभारों) का काम करता है, विक्षेप का निवारण करता है और ध्यान में सहायक रहता है। एक प्रकार की सविकल्प समाधि का रूप ले लेता है। मनरूपी पशु के लिए चारागाह का काम देता है। जब सद्गुरु-निर्दिष्ट आध्यात्मिक पुस्तकें पढ़ते हैं तो आप आत्मसाक्षात्कार-प्राप्त ज्ञानियों के विचारों से विचारवान बन जाते हैं। आपको उनसे प्रेरणा मिलती है और हर्षोन्माद प्राप्त होता है। वे लोग धनभागी हैं जिन्हें ब्रह्मवेत्ता गुरु का मंत्र और सत्संग मिला है और उन्हींके निर्दिष्ट ग्रंथ और मंत्र में लगे रहते हैं। और वे अपने-आपके शत्रु हैं जो गुरुदीक्षा के बाद भी मनचाहे, मनमुखी लोगों की, आत्मानुभवहीन व्यक्तियों की किताबों में उलझते रहते हैं। ऐसे लोगों के लिए देवर्षि नारदजी कहते हैं :

मन्दाः सुमन्दमतयो मन्दभाग्या ह्युपद्रुताः ।

(श्रीमद्भागवत माहात्म्य : १.३२)

सावधान हो जायें, सुधर जायें तो अच्छा है।

जब आपको सद्गुरु का सत्संग नहीं मिल पाता, तब स्वाध्याय ही आपका सहायक बनेगा और प्रेरणा देगा। जैसे ऋषि प्रसाद है, ऋषि दर्शन है। स्वाध्याय श्रद्धा की अस्थिरता को दूर कर उसे दृढ़ करता है। यही मुक्ति की

प्रबल इच्छा का कारण बनता है। इसीसे उत्साह तथा प्रकाश प्राप्त होता है। यह आपके सामने उन संतों की सूची रखता है जिन्होंने सत्य को अपनाया, कष्टों का सामना करके कठिनाइयों को हटाया। इससे आपको आशा तथा शक्ति प्राप्त होती है। यह आपके मन को सत्त्व से भर देता है और प्रेरणा देकर उन्नत करता है। आत्मज्ञानियों व संतों की पुस्तकों में लिखी शिक्षाओं को आचरण में लाने से आपके थके-माँदे शरीर तथा मन को विश्रांति तथा सांत्वना मिलती है। आध्यात्मिक साहित्य पीड़ादायक वातावरण में साथी, कठिनाइयों में आदर्श मार्गदर्शक, अविद्या-अंधकार में पथ-प्रदर्शक और समस्त रोगों में सर्वरोगौषधि तथा भविष्य-निर्माता का कार्य करता है।

धर्मशास्त्र ज्ञानियों, संतों, दार्शनिकों तथा अध्यात्मविद्या में प्रवीण विद्वज्जनों के अनुभव-ज्ञान से परिपुष्ट हैं। स्वाध्याय द्वारा शास्त्रों के मर्मज्ञ बनिये। प्रकृति का वास्तविक रूप पहचानिये और अपने सीमित जीवन को प्रकृति के दिव्य नियमानुसार ढालिये। शक्ति तथा आनंद के बाहुल्य का द्वार आत्मज्ञान द्वारा ही खुलता है। आत्मज्ञान ही अनगिनत कष्टों तथा पापों का नाशक होकर अविद्या का उन्मूलन करता है। आत्मज्ञान ही परम शांति तथा शाश्वत पूर्णता प्राप्त कराता है।

समाधि का काम करता है स्वाध्याय

रामायण, भागवत, योगवासिष्ठ महारामायण आदि धर्मशास्त्रों का अध्ययन नियमपूर्वक चलता ही रहे। स्वाध्याय के लिए गीता व श्री योगवासिष्ठ महारामायण तो अनुपम शास्त्र हैं। अपने सुविधानुसार आधे घंटे से तीन घंटे तक प्रतिदिन इनका पठन, मनन-चिंतन, निदिध्यासन करें। शास्त्रों का स्वाध्याय ही क्रियायोग है, नियम है। यह हृदय को पवित्र करता है और मन में उच्च कोटि के विचार भर देता है। साधक भले ही आध्यात्मिक उन्नति के किसी भी स्तर पर क्यों न हो, उसे सत्संग-शास्त्रों, जिनमें आत्मज्ञानियों ने पावन सत्य का प्रतिपादन किया है, के स्वाध्याय का नियम कदापि नहीं छोड़ना चाहिए। क्या आप जन्म से आत्मज्ञानी तथा परिव्राजक (संन्यासी) शुकदेवजी से भी अधिक उन्नत हैं? क्या आप उन महान ऋषियों से भी अधिक ज्ञानी हो गये हैं, जो नैमिषारण्य में श्री सूतजी महाराज से श्रीमद्भागवत सप्ताह श्रवण हेतु एकत्र हुए थे? ऐसे महान ज्ञानियों के उदाहरण (जीवन) से कुछ सीखिये और सदैव आध्यात्मिक ज्ञान को पाने के लिए लगे रहिये। उत्पाती न बनिये। स्वाध्याय, सज्जनता, साधना मत छोड़िये। अंधे स्वार्थ में, ईर्ष्या, द्वेष, आक्रमण व धोखे की रीति-नीति समय आने पर धोखेबाज को ही तबाह करती है।

कुछ ग्रहण करने के लिए सदैव उत्सुक रहिये। वृद्ध वही है जो यह मान बैठता है कि उसका ज्ञान पर्याप्त है, उसे अधिक की आवश्यकता ही नहीं रही। वह जीवित होकर भी मृत है जो उपनिषद् व ब्रह्मवेत्ताओं के सत्संग को सुनने की आवश्यकता अनुभव नहीं करता तथा अनर्गल चलचित्र व निगुरे लोगों के लेखों में उलझता रहता है या मरनेवाले शरीर की सुख-सुविधाओं व वाहवाही के पीछे भटकता रहता है। दुर्लभ मनुष्य-शरीर और कीमती समय दुर्लभ परमात्मदेव को पाने में लगाना ही बुद्धिमत्ता है एवं उन्हें गँवाना मूर्खता है। ❐

॥ ऋषि दर्शन ॥

DVD

महिला उत्थान ट्रस्ट, अमदावाद

गुणों से भरपूर व विविध रोगों में लाभकारी : अनार

अनार जितना स्वादिष्ट फल है, उतनी ही गुणकारी औषधि भी है। यह बहुत ही सुपाच्य है और ताजगी देने का गुण रखता है। अनार से शरीर की पुष्टि, शक्ति, स्फूर्ति बढ़ती है एवं रक्तशुद्धि होती है।

मीठा अनार त्रिदोषनाशक, तृप्तिदायक, बल-वीर्य-बुद्धिवर्धक तथा प्यास, जलन, बुखार, हृदय-दौर्बल्य, गले के रोग और मुँह की दुर्गंध दूर करनेवाला है। जो अनार खट्टा-मीठा होता है वह भूखवर्धक, रुचिकारक, थोड़ा पित्तवर्धक और सुपाच्य होता है। बिल्कुल खट्टा अनार पित्त कुपित करने के कारण त्याज्य है।

मूत्र-त्याग में रुकावट, बूँद-बूँद टपकना, पेशाब की जलन आदि में अनार काफी उपयोगी है। इसके सेवन से यकृत (लीवर) सुचारु रूप से काम करता रहता है। दस्त, पेचिश, अरुचि, कृमि, उलटी, जी मिचलाना, जलन, हिचकी आदि समस्याओं के निवारण में अनार का रस गुणकारी है।

आधुनिक अनुसंधानों से ज्ञात हुआ है कि अनार का सेवन प्रोस्टेट कैंसर तथा आँतों, स्तन व फेफड़ों के कैंसर, उच्च रक्तदाब (हाई बी.पी.), बढ़े हुए कोलेस्ट्रॉल, हृदय एवं रक्तवाहिनियों से संबंधित रोग, अल्जाइमर (बुढ़ापे में होनेवाला एक मानसिक रोग), संधिवात, मोटापा, पुरुष वंध्यत्व आदि रोगों से रक्षा करने में सहायक है।

अनार के कुछ औषधीय प्रयोग

* अनार के दानों के १०० मि.ली. रस में १०-१५ ग्राम मिश्री मिलाकर पीने से हृदय को लाभ होता है व छाती का दर्द दूर होता है। पित्त-प्रकोप शांत होता है।

* अनार का १०० मि.ली. रस प्रतिदिन लगातार २-३ महीने तक लेने से शरीर की कमजोरी, दुबलापन, खून की कमी (anemia), जलन, बेचैनी आदि शिकायतें दूर होती हैं व हृदय को बल मिलता है। इसमें चुकंदर का १०० मि.ली. रस मिलाने से विशेष लाभ होता है।

* उलटी की शिकायत होने पर अनार के दानों पर काला नमक छिड़क के चूसने से राहत मिलती है तथा मुँह का जायका सुधर जाता है।

* अनार के दानों पर पिसी हुई काली मिर्च और काला नमक डाल के चूसने से पेटदर्द में फायदा होता है। पाचनशक्ति बढ़ती है और भूख भी खुलकर लगती है।

{छलके में छुपा है कई बीमारियों का इलाज

अनार के छिलकों को सुखाकर रख लें। खाँसी में इसके छिलके को चूसने से राहत मिलती है तथा यह कृमिनाशक भी है। २ ग्राम (आधा चम्मच) चूर्ण सुबह-शाम लेने से स्वप्नदोष तथा अधिक मासिकस्राव में लाभ होता है। इनके अलावा भी अनार के छिलकों के अनेक फायदे हैं :

दस्त-पेचिश : १५ ग्राम अनार के छिलकों और २ लौंग को थोड़ा कूट के १ गिलास पानी में धीमी आँच पर उबालें। चौथाई शेष रहने पर इसे छान के पियें। यह प्रयोग दिन में २-३ बार करें। इससे दस्त और पेचिश में आशातीत लाभ होता है।

मुँह की दुर्गंध : १५ ग्राम छिलकों को १

(शेष पृष्ठ ३७ पर)

ग्रीष्म ऋतु में कैसा हो आहार-विहार ?

(ग्रीष्म ऋतु : १९ अप्रैल से २० जून)

किनका करें सेवन ?

ग्रीष्म ऋतु में आहार कैसा होना चाहिए इस संदर्भ में आचार्य चरक ने कहा है :

मयूखैर्जगतः स्नेहं ग्रीष्मे पेपीयते रविः ।
स्वादु शीतं द्रवं स्निग्धमन्नपानं तदा हितम् ।।

'ग्रीष्म ऋतु में सूर्य अपनी किरणों से संसार के द्रव्यों तथा प्राणियों के जलीय सार भाग का अत्यधिक पान (शोषण) करता रहता है। अतः इस ऋतु में स्वादु (मधुर रस-प्रधान), शीतल द्रव (शरबत, पना आदि तरल पदार्थ) और स्निग्ध (घृत, तेल आदि से बने हुए) अन्न-पानों का सेवन करना चाहिए।'

जैसे गेहूँ, पुराने चावल, मूँग दाल, परवल, लौकी, पेठा, कुम्हड़ा, तोरई, बथुआ, चौलाई, अनार, तरबूज, पका हुआ मीठा खरबूजा, मीठे अंगूर, किशमिश, ककड़ी, आम, संतरा, नारियल पानी, गन्ने का रस, नींबू, सत्तू, हरी धनिया, देशी गाय का दूध, घी, मिश्री आदि आहार एवं पेय पदार्थों का सेवन करना गर्मी के मौसम में हितकारी है।

किनसे बचें ?

इस ऋतु में भूख कम लगती है अतः अल्प मात्रा में और सुपाच्य आहार का सेवन ही स्वास्थ्यदृष्टि से हितकर है। गरिष्ठ या देर से पचनेवाले, खट्टे, तले हुए, मिर्च-मसालेवाले, चटपटे तथा उष्ण प्रकृतिवाले पदार्थ व बर्फ या बर्फ से बनी चीजें, लहसुन, इमली आदि के सेवन से परहेज करें।

पति-पत्नी का व्यवहार भी वर्जित है। गर्मी के मौसम में वीर्य की हानि जीवन की हानि के समान प्रतीत होती है। इस समय दही खाना स्वास्थ्य के लिए अत्यंत हानिकर है।

धूप में घूमना, अधिक व्यायाम करना, देर रात तक जागना, अधिक देर तक भूखे-प्यासे रहना, एक साथ अधिक पानी पीना या अधिक भोजन करना आदि से बचें। ❐

अंग्रेजी दवाओं की गुलामी से छुड़ाया

पूज्य बापूजी से जुड़ने से पहले मेरा जीवन पशुतुल्य था। मैं **'ऋषि प्रसाद'** का आजीवन सदस्य हूँ। इसे पढ़ने से मुझे बहुत ऊँचा ज्ञान मिलता है। इसमें सीधे परमात्मा से जोड़ने की बातें लिखी होती हैं। आरोग्यता हेतु सरल व कारगर उपाय मिलते हैं। जब से घर पर ऋषि प्रसाद आ रहा है तब से मैंने अंग्रेजी दवाइयाँ खाना बंद कर दिया और अब मैं एकदम स्वस्थ हूँ। इसको पढ़ने से जीवन जीने की कला मिली है। मैं इसे शुरू से अंत तक पढ़ता हूँ जिससे ज्ञान और शांति मिलती है।

- खीमा भाई चावड़ा भाड़थर,
जि. देवभूमि द्वारिका (गुज.), सचल दूरभाष : ९०१६९०८२७७

विज्ञान जगत में छाया संत श्री आशारामजी गुरुकुल, अहमदाबाद

संत श्री आशारामजी गुरुकुल, अहमदाबाद ने सत्र २०१६-२०१७ में विज्ञान जगत एवं अन्य अनेक क्षेत्रों में सफलता की बुलंदियों को छुआ है। प्रस्तुत है एक संक्षिप्त अवलोकन :

अहमदाबाद गुरुकुल के विद्यार्थियों- अखंडज्योति गुप्ता, अजिताभ त्रिपाठी, भावेश तिवारी, पीयूष प्रजापति, प्रीतम शर्मा और शिवम वर्मा को 'वाह फाउंडेशन' द्वारा 'इन्क्रेडिबल जूनियर साइंटिस्ट २०१७' (अतुल्य कनिष्ठ वैज्ञानिक २०१७) कार्यक्रम के अंतर्गत विज्ञान क्षेत्र में उत्कृष्ट प्रदर्शन हेतु पदक एवं प्रमाणपत्र दिये गये। प्रसाद देवपुरकर ने खोज विज्ञान प्रदर्शनी २०१७, वडोदरा में प्रथम पुरस्कार पाया।

भारत सरकार द्वारा आयोजित 'नोबेल पुरस्कार प्रदर्शनी २०१७' के उद्घाटन कार्यक्रम में चुनिंदा विद्यार्थियों को ही प्रवेश दिया गया था। इसमें गुरुकुल के ३ विद्यार्थियों को भी आमंत्रित किया गया। कार्यक्रम में प्रधानमंत्री, गुजरात के मुख्यमंत्री तथा नोबेल पुरस्कार विजेता वैज्ञानिक भी उपस्थित रहे। 'भारतीय विज्ञान और इंजीनियरिंग मेला, राजकोट' में अहमदाबाद गुरुकुल के विद्यार्थी अखंडज्योति गुप्ता तथा अजिताभ त्रिपाठी ने विज्ञान कृति 'दुर्घटना कम करने के लिए नवीनीकृत मोटरसाइकिल' का प्रदर्शन कर रजत पदक पाया। भारतीय प्रौद्योगिकी संस्थान (IIT), गांधीनगर में आयोजित 'अमलथिया २०१६' (विज्ञान प्रदर्शनी) में भी गुरुकुल द्वारा विज्ञान कृति का सराहनीय प्रदर्शन किया गया। गुजरात राज्य स्तरीय विज्ञान, गणित व पर्यावरण प्रदर्शनी २०१६ में गुरुकुल के पीयूष प्रजापति और शिवम वर्मा द्वारा बनायी गयी विज्ञान कृति 'मोबाइल रेडिएशन सुरक्षा' खूब सराही गयी।

पिछले अनेक वर्षों से अहमदाबाद गुरुकुल के विद्यार्थियों की विज्ञान कृतियाँ राष्ट्रीय स्तर तक चयनित की जाती रही हैं। गुरुकुल के विद्यार्थियों को भारत सरकार व अन्य अनेक संस्थाओं ने पुरस्कृत किया है।

अन्य क्षेत्रों में पायीं कुछ उपलब्धियाँ

गुजरात राज्य स्तरीय खेल महाकुम्भ में १ दिसम्बर २०१६ को महेश राजपुरोहित ने कुश्ती में रजत पदक तथा दिलीप चंदाणा ने कांस्य पदक प्राप्त किया। राष्ट्रीय शैक्षणिक अनुसंधान और प्रशिक्षण परिषद (NCERT), दिल्ली द्वारा प्रायोजित कला उत्सव (संगीत कला) में राज्य स्तर पर गुरुकुल के १० विद्यार्थियों का चयन किया गया। 'सिल्वरजोन इंटरनेशनल ओलिम्पियाड फाउंडेशन' द्वारा आयोजित 'अखिल भारतीय हिन्दी ओलिम्पियाड २०१६' में अहमदाबाद गुरुकुल के विद्यार्थियों ने ७ स्वर्ण, ५ रजत व ३ कांस्य तथा 'स्मार्टकिड जनरल नॉलेज ओलिम्पियाड २०१६' में ३ स्वर्ण पदक प्राप्त किये। भारत सरकार द्वारा आयोजित 'गुजरात योग उत्सव २०१७' में गुरुकुल के विद्यार्थियों द्वारा प्रस्तुत कार्यक्रम से (शेष पृष्ठ ३९ पर)

प्रवेश प्रारम्भ
आधुनिक शिक्षा एवं वैदिक ज्ञान का सुंदर समन्वय
संत श्री आशारामजी गुरुकुल एवं पब्लिक स्कूल
शैक्षणिक सत्र २०१७-१८ : नीचे दिये फोन नं. पर सम्पर्क करें
गुरुकुल-पद्धति पर आधारित आध्यात्मिक एवं आधुनिक शिक्षा देने हेतु भारत के १० राज्यों के विभिन्न शहरी, ग्रामीण तथा आदिवासी क्षेत्रों में चल रहे संत श्री आशारामजी गुरुकुलों एवं पब्लिक स्कूलों में नर्सरी से कक्षा १२वीं तक के विद्यार्थियों हेतु प्रवेश प्रारम्भ हो चुके हैं। विशेषः इच्छुक मंत्रदीक्षित साधकों के बच्चों के लिए कक्षा तीसरी से ऊपर छात्रावास सुविधा भी उपलब्ध है।
आवासीय गुरुकुल- माध्यम हिन्दीः म.प्र. में भोपालः ९७५२९७१८५०, मोखड़ाः ८१०९५८८५२६; हिन्दी/गुजराती - अहमदाबादः ९४२८८७७५७७, (०७९) ३९८७७७८५/८६; गुजरातीः राजकोटः ९९२४२२४९०५, सरकी लिमड़ीः ९४०९५०२४९९, सूरतः ९३७४०५०८८४; अंग्रेजीः उ.प्र. में आगराः ९८०८१०७६७६, सादाबादः ८००६५१०२५५; म.प्र. में भोपालः ९०३९०५७४४४; इंदौरः ९८२६७५४३१४; राज. में जयपुरः ९६६७७०६६७३; पंजाब में लुधियानाः ९४७८८६८७६०; हिन्दी/अंग्रेजीः म.प्र. में छिंदवाड़ाः ९३०००६४३१०, अंग्रेजी/मराठीः धुलियाः ८६०५५२२८६४, ओड़ियाः कोटगढ़ः ९४३८२३८७५०
गैर-आवासीय गुरुकुल- माध्यम हिन्दीः दिल्लीः ८१३०३७९५३१, म.प्र. में पिटोलः ९४२५९४३८८४; गुजरातीः दंतोड़ः ९४२८४८२९९३ अंग्रेजीः उ.प्र. में अलीगढ़ः ९४१२२७४०७०, जालौनः ९३३५७७२५२५, बस्तीः ९८३९९५१४३१, काशीः ७३७६८४८५९४, फिरोजाबादः ९८९७५५३००४; म.प्र. में दमोहः ९३०१२०२९००, खिलचीपुरः ७४८९७५३०५६; महा. में गोंदियाः ८६२४०२५७९०; जम्मूः ८८०३१०७६०७; हिन्दी/अंग्रेजीः उ.प्र. में गाजियाबादः (०१२०) २८७०४९०, छ.ग. में रायपुरः ९४२४२५९६३०; ओड़ियाः बिनकाः ९८६१७५३०५०

विश्व महिला दिवस पर

नारी-शक्ति ने की पूज्य बापूजी की रिहाई की माँग

'विश्व महिला दिवस' (८ मार्च) पर देश के विभिन्न राज्यों में फैले महिला उत्थान मंडलों द्वारा नारी-उत्थान, संस्कृति-रक्षा, संत श्री आशारामजी बापू व श्री नारायण साँईंजी की रिहाई एवं अन्य देशहितकारी विषयों पर विभिन्न कार्यक्रम किये गये।

ट्वीटर (सोशल मीडिया) पर ८ मार्च को #महिला_उत्थान_GreatInitiative हैशटैग शीर्ष १० बहुचर्चित विषयों में रहा, जिसमें महिला उत्थान मंडल की लोकोपकारी गतिविधियों की जानकारी दी जा रही थी एवं पूज्य बापूजी की शीघ्र रिहाई की माँग की जा रही थी।

महाशिवरात्रि पर हुए विविध कार्यक्रम

महाशिवरात्रि पर्व पर देश-विदेश के आश्रमों में साधकों ने सत्संग, जप, ध्यान का लाभ लिया। पूज्य बापूजी के उत्तम स्वास्थ्य हेतु जप, अनुष्ठान किये गये। कई स्थानों पर सामूहिक हवन व रात्रि-जागरण भी किया गया।

जम्मू-कश्मीर में सुप्रचार सेवा अभियान का आयोजन किया गया। फुंडहर-रायपुर (छ.ग.) व अहमदाबाद (गुज.) में हरिनाम संकीर्तन यात्राओं द्वारा भगवन्नाम के आनंद-माधुर्य को बाँटकर गली-गली को पावन किया गया।

अन्य सेवाकार्य

* नील शाकीया जि. डांग, अहमदाबाद (गुज.), नीमच, शाजापुर (म.प्र.), शाहजहाँपुर (उ.प्र.) आदि स्थानों पर गरीबों में भंडारे एवं जीवनोपयोगी वस्तुओं का वितरण हुआ।

* लखनऊ आश्रम में ऋषि प्रसाद सम्मेलन का भव्य आयोजन हुआ।

* करोलबाग-दिल्ली, रायपुर (छ.ग.) व लखनऊ आश्रम में जप-माला पूजन कार्यक्रम हुए।

* रायपुर (छ.ग.) में तीन स्थानों पर शीतल जल प्याउओं का शुभारम्भ हुआ।

(ऋषि प्रसाद प्रतिनिधि : गलेश्वर यादव)

(पृष्ठ ३३ का शेष) गिलास पानी में उबाल के उस पानी से दिन में १-२ बार कुल्ला करें। इससे मुँह व श्वास की दुर्गंध दूर होती है।

श्वेतप्रदर : चावल के माँड़ के साथ छिलकों के आधा चम्मच चूर्ण को दिन में २ बार लें। ❒

कत्लखाने ले जाया जा रहा गोवंश पहुँचा निवाई गौशाला

हाल ही में निवाई (राज.) के पास पुलिस ने गोवंश से भरे दो ट्रक जब्त किये। इनमें ६८ बछड़ों को बड़ी निर्दयता से ठूँस-ठूँसकर भरा गया था, जिससे कई बछड़े घायल हो गये थे और ४ मृत मिले। देश में ऐसे कई मामले देखने को मिलते हैं कि गोवंश को ऐसे हत्यारों के चंगुल से बचा तो लिया जाता है पर फिर सवाल खड़ा होता है कि अब इनकी देखभाल कौन करेगा ? इन्हें कहाँ रखा जायेगा ?

यहाँ पर भी यही प्रश्न उठा पर हल भी तुरंत हो गया क्योंकि पास में थी निवाई की संत श्री आशारामजी गौशाला। आखिर पूरे गोवंश को वहाँ भेज दिया गया। इससे पहले भी कई बार कत्लखाने ले जायी जा रही गायों को बचाकर संत श्री आशारामजी गौशालाओं में रखा गया है। दूध न देनेवाली, बीमार-लाचार गायों की भी यहाँ अच्छी तरह से देखभाल की जाती है। देशभर में पूज्य बापूजी की प्रेरणा से अनेक गौशालाएँ चलायी जा रही हैं, जिनमें ८००० से अधिक गायें हैं। पूज्य बापूजी गौ-सेवा को बहुत महत्त्व देते हैं। पूज्यश्री ने गौ-सेवा का केवल उपदेश ही नहीं दिया वरन् प्रत्यक्ष रूप से समाज के सामने उदाहरण भी रखा है। ❐

इन तिथियों का लाभ अवश्य लें

२३ अप्रैल : वरूथिनी एकादशी (इस लोक और परलोक में सौभाग्य तथा समस्त लोगों को भोग और मोक्ष देनेवाला व्रत । इससे विद्यादान का तथा १०,००० वर्षों की तपस्या के समान फल मिलता है । इसका माहात्म्य पढ़ने और सुनने से १००० गोदान का फल होता है ।)

२८ अप्रैल : अक्षय तृतीया (पूरा दिन शुभ मुहूर्त; स्नान, दान, जप, तप, ध्यान, मौन, हवन आदि कर्मों का शुभ और अनंत फल मिलता है ।), त्रेता युगादि तिथि **३ मई :** बुधवारी अष्टमी (सूर्योदय से रात्रि ७-५२ तक) **६ मई :** मोहिनी एकादशी (इसके प्रभाव से मनुष्य मोहजाल तथा पातक-समूह से छुटकारा पा जाते हैं । उपवास से अनेक जन्मों के किये हुए मेरु पर्वत जैसे महापाप भी नष्ट हो जाते हैं ।)

८-१० मई : वैशाख की त्रयोदशी से पूर्णिमा तक का स्नान पूरे वैशाख मास-स्नान का फल व गीता-पाठ अश्वमेध यज्ञ का फल देता है । **१४ मई :** विष्णुपदी संक्रांति (पुण्यकाल : दोपहर १२-३५ से सूर्यास्त तक) (विष्णुपदी संक्रांति में किये गये जप-ध्यान व पुण्यकर्म का फल लाख गुना होता है । - पद्म पुराण)

(पृष्ठ २५ का शेष) शाह लतीफ कहते थे : ''मैंने अपनी जिंदगी में ऐसा दूसरा व्यक्ति नहीं देखा जिसके हृदय में उस ऊँटवाले जैसी खुदा से मिलन की तड़प हो।''

ऊँटवाले की तड़प ने शाह लतीफ की परमात्मप्राप्ति की तड़प को और तीव्र कर दिया। और आखिर कामिल मुर्शिद (पूर्ण गुरु) की कृपा ने उन्हें उस मुकाम तक पहुँचा दिया जहाँ मजहबों के बाहरी भेदभाव समाप्त हो जाते हैं और हृदय में समता स्थापित हो जाती है अर्थात् दिलबर-दाता का दीदार, परमात्म-अनुभव हो जाता है। ये ही लतीफ आगे चलकर कामिल दरवेश शाह लतीफ के नाम से प्रसिद्ध हुए।

(पृष्ठ ३५ का शेष) ऐसा समाँ बँध गया कि दर्शकों की तालियों की गड़गड़ाहट एवं हर्षध्वनि कार्यक्रम पूरा होने तक थम ही नहीं रही थी।

परीक्षा-परिणाम संबंधी उपलब्धि

गुजरात माध्यमिक शिक्षण विभाग द्वारा संत श्री आशारामजी गुरुकुल, अहमदाबाद को १०वीं व १२वीं बोर्ड की परीक्षाओं में १००% परिणाम लाने के फलस्वरूप शैक्षणिक सत्र २०१६-१७ में भी एक सरकारी विद्यालय दत्तक (गोद) रूप में दिया गया है। अलग-अलग क्षेत्रों में विभिन्न उपलब्धियाँ अन्य संत श्री आशारामजी गुरुकुलों द्वारा भी प्राप्त की जा रही हैं। ❒

ब्रह्मविद्या को जिसने पाया...

लौकिक विद्या तो हमको है,
अहंकार से युक्त करे ।
सच्ची विद्या है वही,
जो जन्म-मरण से मुक्त करे ।।
सा विद्या या विमुक्तये,
ये शास्त्रों की वाणी है ।
ब्रह्मविद्या को जिसने पाया,
वो ही सच्चा ज्ञानी है ।।
नचिकेता ने धर्मराज से,
आत्मविद्या को पाया था ।
सत्यकाम जाबाल, संदीपक ने,
गुरुज्ञान पचाया था ।।
बापूजी ने लीलाशाहजी से,
जो आत्मविद्या पायी है ।
गुरुवर ने हम बच्चों को,
वही विद्या सिखलायी है ।।
बापूजी के बच्चे हैं हम,
अब सच्ची विद्या पायेंगे ।
आत्मज्ञान को पाकर हम सब,
जीवन्मुक्त हो जायेंगे ।।

- हरीश पंड्या, अहमदाबाद

वीर बनो बढ़े चलो...

तुम्हारी शान यही, वीर बनो बढ़े चलो ।।
शूरों का गान यही, वीर बनो बढ़े चलो ।।
रुकने का नाम न लो, असमय विश्राम न लो,
सच्चे निष्काम बनो, पुण्यों का दाम न लो ।
कहते भगवान यही, वीर बनो बढ़े चलो ।।
दुःख ले लो दो न कभी, सुख दो पर लो न कभी,
गिरो उठो दम ले लो, पर निराश हो न कभी ।
गति की पहिचान यही, वीर बनो बढ़े चलो ।।
जो जाये जाने दो, जो आये आने दो,
मन को अपने स्वर में, रोने दो गाने दो ।
गुरुप्रदत्त ज्ञान यही, वीर बनो बढ़े चलो ।।
सच्चे त्यागी होकर, तुम बड़भागी होकर,
जग से कुछ चाहो मत, 'सत्' अनुरागी होकर ।
पथिक स्वाभिमान यही, वीर बनो बढ़े चलो ।।
शूरों का गान यही, वीर बनो बढ़े चलो ।।
तुम्हारी शान यही, वीर बनो बढ़े चलो ।।

- संत पथिकजी

गतांक की 'ऋषि प्रसाद प्रश्नोत्तरी' के उत्तर

(१) भगवान (२) सत्यस्वरूप परमात्मा (३) आत्मा-परमात्मा (४) भगवान (५) आत्मविश्वास

ऋषि प्रसाद

मासिक प्रकाशन

सदस्यता शुल्क (डाक खर्च सहित)

	भारत में	
अवधि	हिन्दी व अन्य भाषाएँ	अंग्रेजी भाषा
वार्षिक	₹ ६०	₹ ७०
द्विवार्षिक	₹ १००	₹ १३५
पंचवार्षिक	₹ २२५	₹ ३२५
आजीवन	₹ ५००	---

	विदेशों में (सभी भाषाएँ)	
अवधि	सार्क देश	अन्य देश
वार्षिक	₹ ३००	US $ 20
द्विवार्षिक	₹ ६००	US $ 40
पंचवार्षिक	₹ १५००	US $ 80

Subscribe now :

www.rishiprasad.org/subscribe

Or Scan Code

Visit us :

www.rishiprasad.org

Or Scan Code

ऋषि दर्शन

मासिक विडियो मैगजीन

सदस्यता शुल्क (डाक खर्च सहित)

अवधि	भारत में	विदेशों में
वार्षिक	₹ ४५०	US $ 50
पंचवार्षिक	₹ १९००	US $ 200

Subscribe now :

www.rishidarshan.org/subscribe

Or Scan Code

Visit us :

www.rishidarshan.org

Or Scan Code

अमृतबिंदु

इच्छापूर्ति में जो फिसलते हैं वे खोखले हो जाते हैं। इच्छा-अपूर्ति में जो दुःखी होते हैं वे नीरस हो जाते हैं लेकिन जो भगवान में प्रसन्न रहते हैं, इच्छापूर्ति हुई तो क्या, अपूर्ति हुई तो क्या - हर हाल में खुश रहते हैं, वे समतावान ब्रह्मज्ञान के सिंहासन तक पहुँच जाते हैं।

ब्रह्मविद्या के अमृत से ओतप्रोत आश्रम का इष्टग्रंथ

श्री योगवासिष्ठ महारामायण

— भाग १ से ४ —

* जानिये - सृष्टि का मूल क्या है और जगत की उत्पत्ति कैसे हुई ?
* आत्मसाक्षात्कार करने का सबसे सरल उपाय। * सहज में दुःख दूर करके परमात्मा के दिव्य आनंद से जीवन को सराबोर बनानेवाला अद्भुत सद्ग्रंथ।

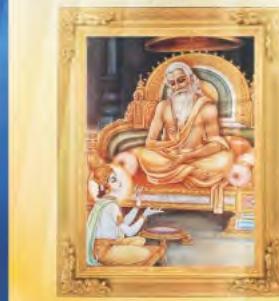
महापुरुषों के विचार

* "'श्री योगवासिष्ठ महारामायण' को पढ़ने-सुनने एवं विचारने से श्रीरामजी का अनुभव, मेरे गुरुजी का अनुभव तुम्हारा अनुभव हो जायेगा और **'सत्यं ज्ञानं अनन्तं ब्रह्म। ब्रह्म सत्यस्वरूप, ज्ञानस्वरूप और अनंत है तथा मेरा ही स्वरूप है'** - ऐसा साक्षात्कार हो जायेगा।''

– पूज्य संत श्री आशारामजी बापू

* "राम (स्वामी रामतीर्थ) के विचार से अत्यंत आश्चर्यजनक और सर्वोपरि, श्रेष्ठ ग्रंथ, जो इस संसार में सूर्य के तले कभी लिखे गये, उनमें से 'श्री योगवासिष्ठ' एक ऐसा ग्रंथ है जिसे पढ़कर कोई भी व्यक्ति इस मनुष्यलोक में आत्मज्ञान पाये बिना नहीं रह सकता।''

– स्वामी रामतीर्थजी

चारों भागों का मूल्य : ₹ ६८५ (डाक खर्च रुपये १०० की विशेष छूट के साथ)

नोटबुक तथा रजिस्टर

हर पृष्ठ पर प्रेरक सुवाक्य, जो विद्यार्थियों को ज्ञान, देशभक्ति, आत्मविश्वास व सकारात्मकता से भर दें, सुसंस्कारवान बनायें।

आवरण पृष्ठों पर विद्यार्थियों हेतु विशेष पठनीय सामग्री

उच्च गुणवत्ता, आकर्षक डिजाइन व कम मूल्य

कर्मयोग दैनंदिनी (डायरी) तथा तुलसी रहस्य व अमृत के घूँट पुस्तकों का सेट

मूल्य : ₹ १०० (डाक खर्च सहित)

कर्मयोग दैनंदिनी के साथ पायें १ नेत्रबिंदु निःशुल्क !

गर्मी से पायें राहत ! शीतलता-प्रदायक, स्वास्थ्यवर्धक शरबत व पेय

पलाश शरबत – * तुरंत शीतलता व स्फूर्ति प्रदायक, नेत्रज्योति व बुद्धि वर्धक। * गर्मी सहने की शक्ति बढ़ानेवाला व पित्तजन्य रोगों (जलन, तृष्णा आदि) का नाशक। * चर्मरोगों व मूत्रसंबंधी विकारों में लाभदायी। ₹८०

संतरा शरबत – * खून की कमी व कब्ज में लाभदायक। * पाचनतंत्र, हृदय एवं आँखों के लिए हितकर। * त्वचा चमकदार व कोमल बनाने में सहायक। ₹७०

मैंगो ओज – * सप्तधातु वर्धक व उत्तम हृदयपोषक। * गुर्दे (किडनी) व मूत्राशय के लिए शक्तिदायक। * दुर्बल व वृद्ध लोगों को पुष्ट बनाने हेतु उत्तम पेय। ₹५५

अंगूर पेय – * शीतल, नेत्रहितकर तथा बल-वीर्य, मांस व भूख वर्धक। * आँतों, गुर्दों व लीवर की कार्यक्षमता वर्धक। ₹८०

उपरोक्त सामग्री आप अपने नजदीकी संत श्री आशारामजी आश्रम या समिति के सेवाकेन्द्र से प्राप्त कर सकते हैं। अधिक जानकारी हेतु सम्पर्क : ९२१८११२२३३ ई-मेल : hariomcare@gmail.com रजिस्टर्ड पोस्ट से मँगवाने हेतु पता : सत्साहित्य मंदिर, संत श्री आशारामजी आश्रम, साबरमती, अहमदाबाद-५. सम्पर्क : (०७९) ३९८७७७३० ई-मेल : contact@ashramestore.com

विश्व महिला दिवस पर महिला उत्थान मंडल द्वारा की गयी पूज्य बापूजी की रिहाई की माँग

RNI No. 48873/91
RNP. No. GAMC 1132/2015-17
(Issued by SSPOs Ahd, valid upto 31-12-2017)
Licence to Post without Pre-payment.
WPP No. 08/15-17
(Issued by CPMG UK. valid upto 31-12-2017)
Posting at Dehradun G.P.O.
between 2nd to 8th of every month.
Date of Publication: 1st April 2017

राजनांदगाँव (छ.ग.) में सांसद श्री अभिषेक सिंह एवं केन्द्रीय सामाजिक न्याय मंत्री श्री थावरचंद गहलोत को ज्ञापन सौंपते हुए

शिवपुरी (म.प्र.)

बीड (महा.)

राणापुर, जि. झाबुआ (म.प्र.)

दाहोद (गुज.)

हरिद्वार

धमतरी (छ.ग.)

अहमदाबाद

बुरहानपुर (म.प्र.)

वडोदरा (गुज.)

नासिक (महा.)

राजकोट (गुज.)

धार (म.प्र.)

पाचोरा, जि. जलगाँव (महा.)

सेवा, साधना, संयम से जीवन सफल बनाना है, गुरुज्ञान हर घर पहुँचाकर जन-जागृति लाना है।

ऋषि प्रसाद सम्मेलन

सूरत

धौली-भुवनेश्वर

बेंगलुरु

स्थानाभाव के कारण सभी तस्वीरें नहीं दे पा रहे हैं। अन्य अनेक तस्वीरों हेतु वेबसाइट www.ashram.org/sewa देखें।
आश्रम, समितियाँ एवं साधक-परिवार अपने सेवाकार्यों की तस्वीरें sewa@ashram.org पर ई-मेल करें।